

”KAUNIS ON IHAN MUUN NÄKÖINEN KUIN SINÄ OLET”

Lapsuuden ja nuoruuden aikainen ulkonäköön puuttuminen ja ulkonäkösuhte aikuisena

Iida Kultamaa
Maisterintutkielma
Sosiologian opintosuunta
Yhteiskuntatieteiden
ja filosofian laitos
Jyväskylän yliopisto
Kevät 2023

JYVÄSKYLÄN YLIOPISTO

Tiedekunta Humanistis-yhteiskuntatieteellinen	Laitos Yhteiskuntatieteiden ja filosofian laitos
Tekijä Lida Kultamaa	
Työn nimi "KAUNIS ON IHAN MUUN NÄKÖINEN KUIN SINÄ OLET" Lapsuuden ja nuoruuden aikainen ulkonäköön puuttuminen ja ulkonäkösuhte aikuisena	
Oppiaine Sosiologian opintosuunta	Työn tyyppi Maisterintutkielma
Aika Kevät 2023	Sivumäärä 81 + liitteet
Ohjaaja Terhi-Anna Wilska	
<p>Tiivistelmä</p> <p>Tarkastelen tutkielmassani millaisia ulkonäköön puuttumisen ja suhtautumisen tapoja tutkimusaineiston vastaajat muistavat kokeneensa lapsuutensa ja nuoruutensa lähisuhteissa, miten he kokevat lapsuus- ja nuoruuskokemuksiensa vaikuttaneen ulkonäkösuhteeseensa aikuisena sekä miten sukupuoleen liittyvät normit, roolit ja merkitykset näkyvät niin ulkonäköön puuttumisen ja suhtautumisen tavoissa vastaajien lapsuus- ja nuoruusaikana kuin ulkonäkösuhteessa aikuisena. Perhe lapsuuden ja nuoruuden lähisuhteineen on keskeinen instituutio ulkonäköihanteiden ja -normien uusintajana ja tuottajana. Lisäksi lapsuus ja nuoruus ovat ajanjaksona merkittävää aikaa yksilön ulkonäkösuhteen kehittymisen näkökulmasta.</p> <p>Tutkielman aineistona käytin 67 kirjoitusta Oma ulkonäkö muistoissani 2015-kirjoituskilpailuaineistosta. Kirjoittajat sijoittuvat iältään välille 18–78, 1940-luvulla syntyneistä 2010-luvulla syntyneisiin asti. Kirjoitusohjeissa kirjoittajia on pyydetty kertomaan, miten he kokevat lähisukulaisten vaikuttaneen käsityksiinsä ulkonäöstään, miten heidän ulkonäkönsä suhtauduttiin lapsuudessa ja nuoruudessa sekä miten he kokevat lapsuudessa ja nuoruudessa saatujen kommenttien vaikuttaneen ulkonäkönsä kokemiseen aikuisiällä. Tutkielman analyysimenetelmänä käytin aineistolähtöistä sisällönanalyysia.</p> <p>Lähisuhteissa tapahtunut lapsuuden ja nuoruuden aikainen ulkonäköön puuttuminen voidaan tutkimusaineiston pohjalta jaotella ulkonäköarvostelmiin, ulkonäölliseen vertailuun sekä ulkonäölliseen ohjailuun ja kontrollointiin. Ulkonäköön suhtautumisen tavat voidaan jakaa ulkonäköasioille kriittiseen ja myönteiseen tapaan. Edellä mainituilla ulkonäköön puuttumisen ja suhtautumisen tavoilla näyttäisi olevan jossain määrin vaikutusta aikuisuuden ulkonäkösuhteeseen: mitä kielteisemmin omaan ulkonäköön puuttuminen ja suhtautuminen on lapsuudessa ja nuoruudessa koettu, sitä useammin ulkonäkösuhte on vaikea myös aikuisena. Vaikeat ulkonäkömuistot lisäävät kuitenkin joidenkin kohdalla tietoisuutta ulkonäkönormeista ja voivat saada aikaan erityisen halun parantaa omaa ulkonäkösuhdettaan aikuisena. Myönteiset ulkonäkömuistot näyttävät aineiston perusteella tukevan itsearvostuksen ja myönteisen ulkonäkösuhteen rakentumista. Aikuisuuden ulkonäkösuhteen kuvausten perusteella hahmottui neljä ryhmää: 1) vaikea suhte omaan ulkonäköön, 2) pyrkimys mukautua ulkonäköihanteisiin, 3) välinpitämättömyys ulkonäköasioihin sekä 4) hyväksyvä tai hyväksyntään pyrkivä suhte omaan ulkonäköön. Sukupuoleen liittyvät roolit, normit ja merkitykset näkyvät etenkin kuvauksina "muottiin sopimattomuudesta", ihanteellisen naiseuden malleista, kauneusnormeista sekä miehisen katseen vaikutuksesta. Sukupuoliroolit ja -normit välittyivät kirjoittajien kokemuksissa niin lähipiiriin kuuluvien ihmisten sanallisen painostuksen ja arvostelun, syömisen ja liikunnan kontrolloinnin kuin naiseuden malleihin vertaamisen kautta. Monien kirjoittajien kokemuksissa sukupuoleen liittyvät merkitykset ovat tulleet koetuiksi etenkin "muottiin sopimattomuuden" eli naisen ulkonäöllisestä ideaalista poikkeamisen kautta.</p>	
Asiasanat Ulkonäkö, ulkonäkösuhte, ruumiinkuva, ulkonäkönormit, kauneusihanteet, lapsuus, nuoruus	
Säilytyspaikka Jyväskylän yliopisto	
Muuta tietoa	

SISÄLLYS

1 JOHDANTO	1
2 YHTEISKUNTATIETEELLINEN ULKONÄÖN JA RUUMIIN TUTKIMUS	6
2.1. Ulkonäkö käsitteenä	6
2.2. Ulkonäön pääomallisuus	8
2.3. Kauneushanteiden ja ruumisnormien historiaa	10
2.4. Ulkonäkö ja sukupuoli	13
2.5. Yksityistä ja julkista – ulkonäkösuhteen sosiaalinen rakentuminen	16
2.5.1. <i>Ulkonäön kokeminen ajassa – lapsuus ja nuoruus</i>	18
2.5.2. <i>Ulkonäön kokeminen paikassa – 2000-luvun Suomi</i>	21
2.6. Ruumiin tutkimus	23
2.6.1. <i>Ruumiinkuva</i>	25
2.6.2. <i>Ruumiinfenomenologia ja kokemuksen tutkiminen</i>	28
3 TUTKIMUSMENETELMÄ JA TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN	32
3.1. Aineistona muistelukirjoitukset	32
3.2. Aineistolähtöinen sisällönanalyysi	36
3.3. Feministinen tiedonintressi	39
4 TUTKIMUKSEN ANALYYSI JA TULOKSET	41
4.1. Ulkonäköön puuttumisen ja suhtautumisen tavat lapsuuden ja nuoruuden lähisuhteissa 41	
4.1.1. <i>Ulkonäköarvostelmat</i>	43
4.1.2. <i>Ulkonäön vertailu</i>	52
4.1.3. <i>Ulkonäöllinen ohjailu ja kontrollointi</i>	57
4.1.4. <i>Ulkonäköasioihin kriittinen suhtautumistapa</i>	58
4.1.5. <i>Ulkonäköasioille myönteinen suhtautumistapa</i>	60
4.2. Ulkonäkösuhde aikuisuudessa	62
4.2.1. <i>Vaikea suhde omaan ulkonäköön</i>	63
4.2.2. <i>Pyrkimys mukautua ulkonäköihanteisiin</i>	66
4.2.3. <i>Välinpitämättömyys ulkonäköasioihin</i>	68
4.2.4. <i>Hyväksyvä tai hyväksyntään pyrkivä suhde omaan ulkonäköön</i>	69
5 JOHTOPÄÄTÖKSET JA POHDINTA	72
5.1. Tutkimustulosten yhteenveto	72
5.2. Tutkimuksen arviointi	75
5.3. Ehdotuksia jatkotutkimukselle	76
6 LÄHTEET	80
7 LIITTEET	82

1 JOHDANTO

Tutkin maisterintutkielmassani sitä, miten lapsuuden ja nuoruuden lähisuhteissa koetut ulkonäköön puuttumisen ja suhtautumisen tavat näkyvät yksilön suhteessa omaan ulkonäköön myöhemmin aikuisiällä. Lisäksi pyrin selvittämään, miten sukupuoleen liittyvät roolit, normit ja merkitykset näkyvät ulkonäköön puuttumisen ja suhtautumisen tavoissa sekä ulkonäkösuhteessa aikuisena. Tutkimusaineistoni, Oma ulkonäkö muistoissani 2015, koostuu 18–74-vuotiaiden suomalaisten muistelukirjoituksista, jotka sisältävät omaan ulkonäköön liittyviä lapsuus- ja nuoruusmuistoja perhe- ja lähipiiristä. Kirjoitukset sisältävät kuvailuja siitä, miten lapsuuden ja nuoruuden lähipiiriin kuuluvat ihmiset ovat puuttuneet kirjoittajien ulkonäköön, miten ulkonäköasioihin on lähipiirissä yleisellä tasolla suhtauduttu, sekä millaisia tunteita ja ajatuksia omaan ulkonäköön puuttuminen on kirjoittajissa synnyttänyt. Kirjoittajat myös kuvailevat, miten kokevat lapsuus- ja nuoruusaikaisen ulkonäköön puuttumisen vaikuttaneen heidän ulkonäkösuhteeseensa aikuisuudessa.

Lähes kaikki tutkimusaineiston vastaajat ovat naisia, minkä vuoksi pidän perusteltuna keskittyä tässä tutkielmassa tutkimaan naiskokemusta. Lisäksi aineistossa ilmenevä naisvastaajien runsas enemmistö tukee käsitystä tutkittavan ilmiön sukupuolittuneisuudesta. Tutkimukset osoittavat, että länsimaisen yhteiskunnan kauneusihanteet, ja sen myötä ulkonäköpaineet, ovat huomattavasti painostavampia naisille kuin miehille; ulkonäön kommentoinnilla tuotetaan normien mukaista feminiinisyyttä ja ylläpidetään sosiaalista todellisuutta, jossa naisen arvo ja toimijuus on vahvasti sidoksissa ulkonäköön useilla elämän osa-alueilla (Saresma & al. 2010, 241–242).

Tutkielmani tavoitteena on eritellä lapsuus- ja nuoruusaikaisten ulkonäköön puuttumis- ja suhtautumistapojen vaikutuksia yksilön myöhempään elämään kokemuksellisella ja ruumiillisella tasolla. Koska sukupuoli liittyy olennaisesti subjektiuden ja omassa ruumiissa elämisen kokemukseen, sekä tuon kokemuksen sosiaaliin ulottuvuuksiin, tarkastelen lisäksi sukupuoleen liittyvien roolien, normien ja merkitysten näkymistä tutkimusaineiston vastaajien ulkonäkömuistoissa. Valitsemani aiheita on syytä tutkia, sillä mielestäni on tärkeää selvittää, millaisia merkityksiä lapsuus- ja nuoruusiän lähisuhteilla sekä sukupuolella on ulkonäkösuhteen kehityksen kannalta muiden sosiaalisten ja kulttuuristen tekijöiden rinnalla.

Ulkonäkö ruumiillisine ominaisuuksineen on olennainen ja erottamaton osa sekä ihmisen identiteettiä että kokemusmaailmaa (Kukkonen & al. 2019, 8; Kyrölä & Harjunen 2007, 10). Kasvatuksella ja lapsuuden ja nuoruuden kasvuympäristöllä on ajallisesti ja paikallisesti paljon

merkitystä ulkonäkösuhteen rakentumisen kannalta. Etenkin teini-ikä on useimmille aikaa, jolloin ulkonäköön liittyvät asiat viimeistään nousevat tärkeiksi. Se on minäkuvan kehityksen suhteen herkkää aikaa omaan kehoon, itseilmaisuun, seksuaalisuuteen ja sukupuoleen tutustumisen näkökulmasta (Schaefer, M. K. & Blodgett Salafia, E. H. 2014. 599–608). Kokemusteni ja käymieni keskustelujen perusteella hyvin monilla on omaan ulkonäköön puuttumiseen liittyviä lapsuus- ja nuoruusmuistoja, jotka vaikuttavat käsityksiin itsestä ja omasta ulkonäöstä vielä vuosienkin jälkeen. On varsin tavallinen tarina, että ihminen ei mielestään voi esimerkiksi käyttää tietynlaisia vaatteita, meikata tietyllä tavalla tai leikkauttaa hiuksiaan tiettyyn malliin sen perusteella, miten hänen ulkonäön piirteitään on lapsena tai nuorena arvosteltu. Jonkun taas voi olla vaikea uskoa vielä aikuisenakaan olevansa keskipainoinen, kun lapsuuden kommentit tai viattomiksi tarkoitettut ”heitot” ovat iskostaneet mieleen kuvan itsestä lihavana. Pahimmillaan kielteisesti koetun ulkonäön kommentoinnin seuraukset voivat näkyä vakavina mielenterveyden ongelmina niin lyhyellä kuin pitkälläkin aikavälillä. Kokemus oman ulkonäön poikkeavuudesta on tutkitusti yhteydessä esimerkiksi masennukseen ja syömishäiriöihin, ja siten koko yksilön hyvinvointiin ja elämään (Kukkonen & al. 2019, 158).

Etenkin viimeksi mainitusta syystä on mielestäni tärkeää kartoittaa aikuisuudessa ilmenevään ongelmalliseen ulkonäkösuhteeseen vaikuttavia tekijöitä, joista osa saattaa olla löydettävissä lapsuuden ja nuoruuden perhepiirissä syntyneistä kielteisistä ulkonäkökokemuksista. Subjekttiivisen kokemukseni pohjalta arvelen, että lähipiirissä saatu myönteinen palaute ulkonäöstä voisi toimia suojaavana tekijänä mahdollisten myöhempien kielteisten kokemusten vaikutuksilta ja parhaassa tapauksessa myötävaikuttaa tasapainoisen ulkonäkösuhteen syntymiseen. Arvelustani huolimatta tiedostan, että asia ei ole yksiselitteinen, sillä myönteinen kommentointi ei tämänhetkisen tiedon valossa johda automaattisesti parempaan ulkonäkösuhteeseen. Vuonna 2019 ilmestyneessä teoksessa *Ulkonäköyhteiskunta – Ulkoinen olemus pääomana 2000-luvun Suomessa* (2019), jossa ulkonäköä tarkastellaan taloussosiologisista lähtökohdista, todetaan, että myös positiiviset kommentit ulkonäöstä ovat sanallistettuja sanktioita ulkonäkönormeihin mukautumisesta tai mukautumattomuudesta, ja siten kaikki ulkonäköön liittyvä kommentointi vahvistaa ja ylläpitää ulkonäkönormeja (Kukkonen & al. 2019, 168).

Päädyin tutkielmani aiheeseen useista syistä. Olen kiinnostunut laajasti ulkonäkösuhdetta ja kehonkuvaa koskevista kokemuksista, ilmiöistä ja tutkimustuloksista sekä yksilöllisellä että yhteiskunnallisella tasolla. Pukeutumiseen, ulkonäön muokkaamiseen ja kompleksisiin kehosuhteisiin liittyvät teemat ovat myös olleet jo kauan mielenkiintoni kohteita. Lisäksi koen valitsemani aiheen mielekkääksi omakohtaisen naiskokemuksen näkökulmasta, ja siksi lähestyn

aihattani feministisen tiedonintressin valossa. Feministiseen tiedonintressiin kuuluu tapa kyseenalaistaa kategorisia ”naiseuden” näkemisen tapoja. Tämän tutkielman puitteissa feministinen tiedonintressi ohjaa ajatteluaani etenkin siitä, miten ulkonäkönormit ja niihin linkittyvät sukupuoliroolit rakentuvat sosiaalisessa ja kulttuurisessa viitekehyksessä (Saresma & al. 2010, 61–63). En ajattele, että vain naiset kärsisivät ulkonäköpaineista, mutta lukuisten tutkimusten valossa on lähes kiistatonta, että länsimaiset kauneushanteet ovat paljon painostavampia naisia kohtaan ja ne vaikuttavat naisen elämään ja kokemuksiin paljon voimakkaammin kuin vastaavasti miehen elämään.

Viime vuosien suomalaista ja kansainvälistä yhteiskunnallista keskustelua seuranneena olen sitä mieltä, että tutkielmani aihe on paitsi itseäni henkilökohtaisesti kiinnostava, myös erittäin ajankohtainen. Seuraan tiiviisti eri medioissa ja aktivistipiireissä käytävää keskustelua muun muassa sosiaalisen median roolista ulkonäköpaineiden tuottajana, kehopositivisuudesta, läskiaktivismista ja marginalisoitujen kehojen asemasta yhteiskunnassa. Viime aikoina keskustelua on vaikuttanut syntyneen erityisen paljon ulkonäkönormien asemoitumisesta luokkakysymyksiin ja yhteiskunnalliseen eriarvoistumiskehitykseen. Mielestäni etenkin ulkonäköön ja yhdenvertaisuuteen liittyvien kysymysten yhteen kietoutuminen tekee aiheesta yhteiskunnallisesti merkittävän tutkimuskohteen.

Merkittävä osuus Oma ulkonäkö muistoissani 2015-aineiston ulkonäkömuistoista käsittelee painoa ja ruumiin kokoa. Jyväskylän yliopiston lihavuustutkija Hannele Harjusen mukaan etenkin lihavat naiset saattavat lihavuutensa vuoksi paitsi kokea syrjintää useilla elämänsä osa-alueilla, myös tuntee itsensä ja toimintamahdollisuutensa vajavaisiksi, ikään kuin täysivaltaisen ja hyväksytyin subjektin elämä alkaisi vasta laihduttamisen jälkeen (Kyrölä & Harjunen 2007, 211) Huolestuttavaa on, että tutkimusten mukaan vallitseviin ulkonäkönormeihin – joihin myös hoikkuuden normi kuuluu – sosiaalistuminen, ja sen myötä ulkonäköpaineille altistuminen, näyttää alkavan huolestuttavan nuorena. Huolimatta siitä, että koti kasvuympäristönä on mielestäni huomionarvoisessa roolissa ulkonäkösuhteen kehityksen kannalta, nykyään monissa keskusteluissa kodin ja lähisuhteiden rooli vaikuttaa jäävän sosiaalisen median varjoon ulkonäköpaineista keskusteltaessa. Sosiaalisen median lisäksi hyväksyttävän ja normien mukaisen naiseuden ja naisruumiillisuuden diskursseja tuotetaan ja uusinnetaan myös muissa normalisoivaa valtaa käyttävissä instituutioissa, kuten lääketieteessä, uskonnoissa ja koululaitoksessa (Jokinen & al. 2004, 249). Myös perheen voi nähdä instituutiona, joka omalta osaltaan osallistuu edellä mainittujen instituutioiden ohella normien toisintamiseen ja vahvistamiseen. Hannele Harjunen toteaaakin, että esimerkiksi lihavuuden kokemukseen liittyvät häpeän ja syyllisyyden

tunteet eivät sisäisty ainoastaan ulkomaailman kommenttien ja yhteiskunnallisen syrjinnän kautta, vaan ne sisäistetään jo kasvatuksen kautta lapsuudessa. Hänen mukaansa meidät kasvatetaan kehohierarkiaan, jossa tietynlaiset vartalot ovat hyväksytympiä kuin toiset, ja jos on jo lapsena lihava, niin saa varmasti tuntea nahoissaan, ettei oma keho ole hyväksyttävä ja oikeanlainen. (Kaartamo & Tapanainen 2019, 8:51) Tutkimusten mukaan laihdutuskulttuuri saattaa myös lisätä syömishäiriöitä ja altistaa vääristyneen kehonkuvan muodostumiselle (Kukkonen & al. 2019, 158). Tämä näkyy selvästi myös tutkimusaineiston muistelukirjoituksissa.

Perheet eivät siis ole kasvatuskäytäntöineen muusta yhteiskunnasta erillisiä saarekkeita, vaan perheissä jälkikasvu sosiaalistuu vallitseviin kulttuurisiin ja yhteiskunnallisiin asenteisiin ja käsityksiin. Vanhemmilla, sisaruksilla, sukulaisilla ja muilla lähipiiriin lukeutuvilla ihmisillä on kaikilla paitsi henkilökohtaiset mielipiteensä ja mieltymyksensä ulkonäköasioihin liittyen, myös enemmän tai vähemmän yhteinen ja jaettu, aikaan ja paikkaan sidoksissa oleva yleinen ja kulttuurinen ymmärrys ulkonäön merkityksestä ja siihen liittyvistä ihanteista ja normeista. Ihanteisiin lukeutuvat esimerkiksi käsitykset siitä, millainen keho nähdään terveenä, kauniina, toimivana ja normaalina. On siis suhteellista, millaista ulkonäköä milloinkin eniten arvostetaan tai pidetään normatiivisena. (Kyrölä & Harjunen 2007, 22–34) Edellä luetelluista syistä ulkonäön tutkiminen yhteiskuntatieteellisestä näkökulmasta on tärkeää.

Seuraavaksi esittelen tutkielman rakenteen. Tätä lukua seuraavassa tutkielman toisessa luvussa teen katsauksen yhteiskuntatieteelliseen ulkonäön ja ruumiin tutkimukseen. Luvun alku- ja keskivaiheilla tarkastelen ulkonäön käsitettä, ulkonäön pääomateoriaa, kauneusihanteiden ja ruu-minormien historiaa, ulkonäön ja sukupuolen suhdetta sekä ulkonäön sosiaalista rakentumista. Luvun loppupuolella käyn läpi ruumiin tutkimuksen perusteita sekä ruumiinfenomenologian ja kokemuksen tutkimisen teoreettisia lähtökohtia.

Kolmannessa luvussa esittelen tutkielmassa käytettyä tutkimusaineistoa, muistitietotutkimuksen erityispiirteitä sekä tutkimuksessa käyttämäni analyysimenetelmää. Luvun lopussa teen lyhyen katsauksen feministiseen tiedonintressiin, joka on ohjannut ajattelua tutkielman tekemisen taustalla. Tämän jälkeen, neljännessä luvussa, kuvataan tutkimusaineiston pohjalta tehdyn aineistolähtöisen sisällönanalyysin tuloksia. Tutkimuksen analyysi ja tulokset -luku jakautuu useisiin alaotsikoihin tutkimuskysymysten ja analyysin pohjalta muodostamieni luokkien perusteella.

Johtopäätökset ja pohdinta -luvussa vedän tutkimustulokset yhteen, arvioin tutkimuksen onnistuneisuutta sekä teen lopuksi ehdotuksia jatkotutkimukselle. Tutkielman lopusta löytyvät lähdeluettelo sekä liitteet.

2 YHTEISKUNTATIETEELLINEN ULKONÄÖN JA RUUMIIN TUTKIMUS

Tässä luvussa käyn läpi tutkielmani keskeisimpiä käsitteitä, tutkimusteoreettisia lähtökohtia ja aiempaa tutkimusta. Ensin tarkastelen ulkonäköä käsitteenä, minkä jälkeen erittelen erilaisia yhteiskuntatieteellisiä lähestymistapoja ulkonäön tutkimiseen. Ulkonäön pääomallisuutta käsittelevässä luvussa esittelen ulkonäön sosiologista pääomateoriaa. Seuraavassa luvussa teen lyhyen katsauksen kauneusihanteiden ja ruumisnormien historiaan. Tämän jälkeen käsittelen ulkonäön ja sukupuolen suhdetta toisiinsa. Sitten tarkastelen ulkonäkösuhteen sosiaalista rakentumista yksityisen ja julkisen näkökulmista, minkä jälkeen perehdyn kahdessa alaluvussa ulkonäkösuhteen rakentumisen ajallisiin ja paikallisiin ulottuvuuksiin lapsuuden ja nuoruuden sekä 2000-luvun Suomen konteksteissa. Lopuksi siirryn ulkonäön käsitteestä ruumiin käsitteeseen. Viimeisissä kahdessa alaluvussa tarkastelen ruumiinkuvaa kokemuksena ja teoreettisena konstruktiona sekä ruumiinfenomenologista tutkimusotetta ja kokemusta tieteellisenä tutkimuskohteena.

2.1. Ulkonäkö käsitteenä

Ulkonäkö on olennainen osa yksilön identiteettiä ja ruumiissa elämisen kokemusta (Kukkonen et al. 2019, 8; Kyrölä & Harjunen 2007, 207). Lyhyesti sen voidaan ilmaista muodostuvan ulkoisen olemuksen eri puolista ja piirteistä. Turkulaiset taloussosiologit Iida Kukkonen, Tero Pajunen, Outi Sarpila ja Erika Åberg nimittävät ulkonäön eri osia taloussosiologian termein ulkonäköresursseiksi (Kukkonen & al. 2019, 12–13). Oma ulkonäkö muistoissani 2015-aineiston vastausohjeissa ulkonäköresurssit on lueteltu seuraavasti: ison osan ulkonäköä muodostavat keho, sen muoto ja koko, sekä kasvot. Kehon ja kasvojen ohella välittömän vaikutelman ulkonäöstä antavat ilmeet, ryhti, asennot, eleet ja tavat liikkua. Lisäksi pukeutuminen, henkilökohtainen hygienia, meikki, kampa, lävistykset ja tatuoinnit – lyhyemmin ilmaistuna ihmisen tyyli kokonaisuudessaan – kuuluvat osaksi ulkonäköä. (Suomalaisen Kirjallisuuden Seura & Kamila, Marjo. 2015)

Ulkonäkö on sosiologisenä käsitteenä kiinnostava, sillä se nivoutuu samanaikaisesti sekä elämän henkilökohtaisiin että julkisiin puoliin. Oman ruumiin ja ulkonäön kanssa eläminen vaikuttavat erottamattomasti henkilökohtaisen subjektiivisuuden kokemuksen kehitykseen. Lisäksi ulkonäköresurssien kautta representoimme identiteettiämme ulkomaailmalle sekä viestimme

sosiaalisia ja kulttuurisia merkityksiä, oli tavoitteena erottua tai olla erottumatta joukosta. (Kukkonen & al. 2019, 8) Ulkonäkö on fyysisesti mukana jokapäiväisen elämän sosiaalisessa kanssakäymisessä. Viestimme paitsi suoraan ja tarkoituksellisesti, myös epäsuoraan ja tarkoittamatta ulkoisen olemuksemme kautta. Ulkonäöllisillä viesteillä on erityisen paljon merkitystä ensivaikutelmissa sekä toisaalta erillisyyden osoittamiseen, toisaalta yhteenkuuluvuuden vahvistamiseen liittyvissä sosiaalisissa tilanteissa. Ulkonäkö on siis yksilölle kuin työkalu, jota hän voi käyttää oman paikkansa määrittelyyn, identiteetin rakentamiseen ja sosiaalisten rajanvetojen tekemiseen ympäröivässä yhteiskunnassa. (Åberg & al. 2017. 55–65) Sosiologi ja filosofi Georg Simmel piti kasvoja ja etenkin silmiä sosiologisesti merkityksellisinä kahden yksilön kohtaamisessa: hän kuvaili kasvoja tallentumaksi, johon yksilön menneisyys ja henkilökohtaiset merkitykset ovat kristallisoituneet pysyviksi piirteiksi (Williams & Bendelow 1998, 16).

Ulkonäöllä on geneettiset raamit, joiden rajojen sisällä muutoksia ja vaihtelua tapahtuu läpi ihmisen eliniän. Esimerkiksi ikä, etnisuus ja biologinen sukupuoli sekä jotkin sairaudet asettavat ulkonäölle tiettyjä reunaehtoja. Näistä reunaehdoista huolimatta ulkonäön yhä perustavanlaatuisempi ja radikaalimpi muokkaaminen on mahdollistunut muun muassa kauneuskirurgian ja teknologian kehityksen myötä. Ruumiillisten rajojen liukuvuudesta ja abstraktiudesta käytetään morfologian käsitettä. Morfologian seurauksena rajoiltaan konkreettinen ja pysyvä anatomia ei ole enää välttämättömyys, mikä on muun muassa kosmeettisen kirurgian kautta muuttanut ja venyttänyt käsityksiä normaalista ruumiista (Saresma & al. 2010, 231). Voisi jopa väittää, että koskaan ei ole ollut yhtä helppoa näyttää juuri siltä kuin haluaa kuin nykypäivänä – ainakin jos siihen on taloudelliset edellytykset. Erilaiset tavat muokata tai korjata omaa ruumista, esimerkiksi dieettien, urheilun, plastiikkakirurgisten toimenpiteiden tai peruukkien, implanttien tai proteesien avulla, vaikuttavat merkittävästi sekä ulkonäön ulkoiseen ilmenemiseen että sen sisäiseen kokemiseen (Suomalaisen Kirjallisuuden Seura & Kamila, Marjo. 2015).

Ulkonäköä on tutkittu melko vähän suomalaisessa yhteiskuntatieteellisessä tutkimuksessa. Viimeisten vuosikymmenien aikana kiinnostus ruumiiseen on ollut erityisen suurta, mutta ulkonäköön liittyvistä teemoista on kiinnostuttu yhteiskuntatieteellisessä kontekstissa vasta hiljattain. Lisääntyvää kiinnostusta on selitetty länsimaiseen kulutuskulttuuriin liittyvillä sosiokulttuurisilla, taloudellisilla ja poliittisilla muutoksilla, jotka ovat lisänneet ulkonäön merkitystä elämän eri osa-alueilla (Sarpila & al. 2017. 1). Sosiologiassa ulkonäköä on useimmiten tarkasteltu joko pääomateoreettisesta näkökulmasta tai kulutuskulttuurin ja identiteetin suhteen näkökulmasta. Pääomateoreettisella näkökulmalla tarkoitetaan bourdieulaista tutkimusperinnettä, jossa ulkonäköä on tarkasteltu etenkin ihmisryhmien ja yksilöiden välisen eronteon välineenä.

Kulutustutkimuksen näkökulmasta ulkonäön analyysin painopiste on ollut kulutuskulttuurin viimeaikaisissa muutoksissa, joiden ansiosta ulkonäön merkitys yksilön identiteetin määrittelyssä on kasvanut. (Åberg & al. 2017. 55–65). Kulutuskulttuurin muutoksiin kytkeytyviä näkökulmia ovat myös esimerkiksi median merkitys ulkonäkönormien muovaajana sekä markkinatalouteen perustuvan yhteiskunnan rakenteellinen sukupuolittuneisuus. Ulkonäköä on tutkittu lisäksi myös historiallisesti kauneusihanteiden ja ulkonäkönormien kehityksen näkökulmasta. Tarkastelen näitä näkökulmia seuraavaksi tarkemmin.

2.2. Ulkonäön pääomallisuus

Ulkonäön pääomateoreettinen tutkimus perustuu valtaosin ranskalaisen sosiologi Pierre Bourdieun pääomaan keskittyville tutkimuksille, joiden perusteella myös ulkonäkö voidaan nähdä yhtenä pääoman muotona. Rinnastus on sopiva, sillä taloudellisen, kulttuurisen ja sosiaalisen pääoman ohella myös ulkonäkö viestii yksilön yhteiskunnallisesta asemasta ja sitä voidaan käyttää myös tietoisien eronteiden välineenä. Teoksessaan *Ulkonäköyhteiskunta – Ulkoinen olemus pääomana 2000-luvun Suomessa* (2019) turkulaiset taloussosiologit perustavat ulkonäköanalyysinsä pitkälti Bourdieun pääomateoriaan. Teoksessa he nimittävät ulkonäön piirteitä ulkonäöllisiksi resursseiksi ja viittaavat ulkonäköön ”statuskarakterina” eli yhteiskunnallisena arvoluokitukseksi. Statuskarakterina ulkonäkö viestii heidän mukaansa kantajansa sosiaalisesta asemasta ja voi vaikuttaa sukupuolen, etnisyyden tai iän lailla yksilön paikkaan yhteiskunnan hierarkioissa. (Kukkonen & al. 2019. 12–13)

Bourdieuun pääomateoria perustuu ajatukselle, että pääoma kasautuessa historian saatossa syntyy eriarvoisuutta. Ymmärtääkseen eriarvoistumiskehitystä on Bourdieun mukaan tutkittava, miten pääoman kasautuminen tapahtuu ja miten valtarakenteet pääomien vaihdon myötä kehittyvät ja uusiutuvat. Pääoma on siis pohjimmiltaan periytyvää, kasautuvaa ja vaihdettavaa valtaa, joka voi olla taloudellista, sosiaalista tai kulttuurista. Kulttuurisen pääoman yhtenä muotona Bourdieu piti ruumiillista kulttuurista pääomaa, joka viittaa kulttuurisen pääoman oikeanlaiseen ulkoiseen ilmentämiseen. Bourdieun mukaan ruumiillista kulttuurista pääomaa on vaikea ostaa taloudellisella pääomalla, sillä se pikemminkin kehittyy ajallaan tietoisien tai tiedostamattoman vaivannäön seurauksena. Se on kimppu ominaisuuksia, jotka näkyvät henkilön fyysisessä olemuksessa, liikkeissä, ulosannissa sekä vaikutelmissa tavalla, joka viestii paitsi kyvystä hankkia oikeanlaisina pidettyjä kulttuurituotteita myös niiden oikeanlaisesta käyttämisestä, arvostamisesta ja esittelystä. (Kukkonen & al. 2019. 13–14)

Bourdieu ei erottanut ulkonäköä omaksi pääoman lajikseen, mutta näki ruumiin eriarvoisuuden ilmenemispaiikkana ja pääomien materiaalisena kasautumispaikkeenä. Hän myös näki ulkonäöllä jossain määrin muista pääomista riippumatonta vaihtoarvoa. Kuuluisimmassa teoksessaan *La Distinction* (1979) hän kuvaa ulkonäön tekijäksi, joka voisi potentiaalisesti huojuuttaa koko muihin pääoman muotoihin perustuvaa luokkajärjestelmää. (Kukkonen & al. 2019. 15–16) Sitten Bourdieuta myöhemmät ulkonäön teoretikot ovat esittäneet sekä eroottista että esteettistä pääomaa omiksi pääoman muodoikseen. Catherine Hakimin eroottisen pääoman teoriaan on suhtauduttu ristiriitaisesti akateemisessa maailmassa, mutta siinä on joitain yhtymäkohtia Bourdieun hahmottelemaan ruumiilliseen kulttuuriseen pääomaan, kuten sosiaaliset taidot ja tyyli-taju. Näiden lisäksi Hakim lisää eroottisen pääoman ominaisuuksiin myös kauneuden, seksuaalisen vetovoiman, fyysisen kunnon, eloisuuden sekä seksuaalisen kompetenssin. Hakim pitää eroottista pääomaa pääoman lajina, johon naisilla on erityinen monopoli, ja jota heidän tulisi hyödyntää vapautuakseen patriarkaatin orjuudesta. Esteettistä pääomaa sen sijaan teoretisoineet Tammy Andersson ja kumppanit ehdottavat esteettistä pääomaa yhdistelmäksi ulkonäköresursseja, joita ovat esimerkiksi kasvopiirteet, ruumiin koko ja muoto sekä pukeutumis- ja laittautumistyyli. Määritelmä ei pidä sisällään arvomääritelmiä, toisin sanoen sitä millaista ulkonäköä pidetään tavoiteltavana resurssina, sillä teoriaan kuuluu ajatus vaihtoarvon määräytymisestä kentillä. Kentät ovat sosiaalisia konteksteja, joissa ihmiset vertailevat toistensa statuksia ja resurssien vaihtokelpoisuutta erilaisista sosiaalisista positioista ja valta-asemista. (Kukkonen & al. 2019. 18–21)

Koska ulkonäköresurssien vaihtoarvo määräytyy sosiaalisissa konteksteissa olemassa olevien valta-asemien perusteella, tapahtuu vaihto aina lähtökohtaisesti eriarvoisista asemista käsin. Ei siis riitä, että yksilöllä on tiettyjä resursseja, vaan hänen on lisäksi tunnettava arvojärjestelmä ja vaihdon säännöt sekä osattava käyttää resurssejaan intressiensä mukaisesti kasatakseen pääomaa entisestään sillä kentällä, jolla hän ”pelaa”. Vaikka Bourdieun pääomateoriasta jääkin jossain määrin uupumaan yhteiskuntaluokan lisäksi muiden sosiaalisten luokitteluiden vaikutus yksilön pääomaresursseihin, on muun muassa brittiläinen sosiologi Beverley Skeggs vienyt bourdieulaista pääomateoriaa toisiaan risteäviä intersektioita paremmin huomioivaan suuntaan. Skeggs on pohtinut eri ulkonäköresurssien arvottumista kentän mukaan, kuin myös erilaisten ruumiiden asemia kentillä. Esimerkiksi rodullistetun naisen pukeutumistyyli korkeakoulute-tussa tai vastaavasti työväenluokkaisessa ympäristössä saatettaisiin tulkita hyvin eri tavoin. (Kukkonen & al. 2019. 21–23) Etenkin pukeutumis- ja laittautumistyylien arvostuksen suhteen

kirjoittajien erilaiset sosiaaliset taustat ja lähtökohdat näkyvät jossain määrin myös Oma ulkonäkö muistoissani 2015-tutkimusaineistossa.

Pääomateorioiden pohjalta argumentoiden turkulaiset taloussosiologit tulevat siihen tulokseen, että elämme ulkonäköyhteiskunnassa. Käsitteellä he tarkoittavat yhteiskuntaa, jossa ulkonäön merkitys näkyy laajasti kaikkialla yhteiskunnassa; jopa sellaisissa paikoissa ja yhteyksissä, joihin sitä ei ole aiemmin totuttu liittämään. Ulkonäköyhteiskunnassa ulkonäöstä huolehtiminen on normi ja siihen käytetään paljon aikaa, energiaa ja myös taloudellisia resursseja. Koska ulkonäön merkitys korostuu yhä laajemmin monilla elämän osa-alueilla, muuttuu ulkoisen olemuksen työstäminen lähes pakoksi, jota alkaa olla vaikeaa tunnistaa vapaaehtoisesta itseilmaisusta. Tämä on ulkonäkötyötä, johon kaikki länsimaisen kulutusyhteiskunnan jäsenet tietoisesti tai tiedostamattaan osallistuvat. Ulkonäkötyö on usein rutinoitunutta toimintaa, johon tarvitaan tiettyjä kulutustuotteita ja ulkonäkökäytäntöihin liittyvää tietotaitoa. Siihen kuuluvat omaan ulkonäköön kohdistuvat toimenpiteet, kuten meikkaaminen ja laihduttaminen, jotka saavat merkityksensä tietyssä sosiaalisessa ympäristössä. Ulkonäkötyö on siis vahvasti kiinnittynyt sosiaalisiin sääntöihin eli normeihin. (Kukkonen & al. 2019. 7–8, 83–84)

2.3. Kauneusihanteiden ja ruumisnormien historiaa

Kauneusihanteet, ulkonäkönormit sekä tavat suhtautua ulkonäköön ja sen ylläpitoon vaihtelevat ajallisesti ja paikallisesti. Sosiologisesta näkökulmasta on selvää, että yhteiskunnassa hyväksytyjen ja ihailtujen sekä vastaavasti vieroksuttujen ulkonäön piirteiden ympärille kiertyvät normit ja asenteet rakentuvat sosiaalisesti ja kulttuurisesti. Länsimainen kauneusihanne ei ole, eikä ole myöskään ollut, ainoa olemassa oleva ulkonäköihanne, mutta siitä on kolonialismin, globaalin markkinatalouden ja viestintäteknologioiden kehittymisen vauhdittamana tullut laajalle levinnein, vaikutusvaltaisin ja tunnistettavin. Jopa yhteisöissä, joissa kauneusihanteet ovat vielä hiljattain olleet suuresti länsimaisista ihanteista eroavia, on etenkin hoikkuuden vaatimus alkanut selvästi näkyä nuoremmassa sukupolvissa; toisaalta on syytä todeta, ettei hoikkuus ole kauneusihanteena pelkästään länsimainen ja valkoinen ilmiö, vaan myös esimerkiksi monissa Aasian maissa naisten pienuutta ja hoikkuutta on pidetty jo kauan ihanteellisena. (Kyrölä & Harjunen 2007, 33) Länsimaista kauneusihannetta tuottavan mediadiskurssin näkyvimpiä ja huomionarvoisimpia piirteitä ovat kuitenkin juuri hoikkuuden, mutta myös valkoisuuden ja nuoruuden ihannoiti (Jokinen & al. 2004, 248).

Vaikka tällä hetkellä sosiaalisesti hyväksyttävintä ja ihailuinta naisruumista edustaakin pieni-kokoinen, hoikka ja kiinteä ruumis (Saresma & al. 2010, 233–234), voi historiallisessa tarkastelussa huomata kauneusihanteiden vaihtelua. Lihavaa naisvartaloa on aikoinaan ihailtu ja pidetty kauniina etenkin silloin, kun ravinnon riittävydestä ei ole ollut takeita, ja 1900-luvullakin naisruumiiseen kohdistunut kauneusihanne on vuoroin edellyttänyt korsetilla kiristettyä ampiaisvyötäröä, poikamaista hoikkuutta, kurvikasta Marilyn Monroe -figuuria ja treenattua fitness-ruumista. (Kyrölä & Harjunen 2007, 22) Kauneusihanteiden, ja niihin liittyvien muoti-ilmiöiden, kaventuminen ei ole siis historiallisesti tarkasteltuna noususuhdanteinen, lineaarinen ilmiö, vaan pikemminkin poimuileva.

Yhteiskunnallinen liikehdintä on saanut toisinaan aikaan myös ihanteiden lieventymistä ja laajentumista, kuten esimerkiksi silloin, kun naiset vapautuivat korseteista tai kun Coco Chanel puki myös naiset housuihin. On myös suhteellista, kuinka pakottaviksi kauneusihanteet on eri paikoissa ja eri aikoina koettu, toisin sanoen missä määrin ne ovat esimerkiksi rajoittaneet yksilön vapauksia tai synnyttäneet syrjiviä asenteita ja luokkaerottelua. Kysymys on siis siitä, missä määrin yksilön voidaan katsoa joutuneen paineille alistaiseksi ilman valinnan vapautta. Pakottavia normeja voidaan antropologi Laura Naderin mukaan kulttuuriympäristöstä riippuen jaotella kulttuurisen tai sosiaalisen pakon mukaan. Esimerkiksi mutilaatitekniikoita, joiksi luetaan niin ympärileikkaukset kuin tietyt plastiikkakirurgiset toimenpiteetkin, kuten rintojen suurenus, voidaan jaotella sen mukaan, onko kyseessä suoranainen pakottaminen vai ruumiilliseen ”itsekuriin” näennäisen vapaaehtoisesti alistuminen. Edellä mainitussa tapauksessa kyseessä on kulttuurinen pakko ja jälkimmäisessä sosiaalinen pakko. Molemmissa on kuitenkin pyrkimyksenä ilmentää kyseessä olevan kulttuurin sisällä ihanteelliseksi katsottua ulkonäköä. (Saresma & al. 2010, 235)

Suomessa kulutusyhteiskunta löi toden teolla läpi vasta 1960-luvulla, jolloin elettiin myös voimakkaan yhteiskunnallisen rakennemuutoksen ja kaupungistumisen aikaa. Nämä muutokset saivat ulkonäön merkityksen kasvamaan huomattavasti aiempaan verrattuna; Suomi oli ollut pitkään maatalousvaltainen maa, jossa ulkonäköön ja pukeutumiseen suhtauduttiin käytännönläheisesti. Vaatteisiin ei edelleenkään haluttu ”tuhlata”, mutta modernin kulutuskulttuurin myötä esimerkiksi kauneudenhoitotuotteet yleistyivät ja niiden käyttö alettiin yhdistää moderniin naiseuteen. Seuraavat kolme vuosikymmentä toivat lisää muutoksia suomalaiselle ulkonäkökulttuurille. Kulutuskulttuuri kansainvälistyi, mikä tarkoitti suurempaa tuote- ja palveluvalikoimaa, ja internet sai uudet ulkonäkövaikutteet leviämään nopeasti. Muualta tulleet länsimaiset ulkonäköihanteet integroituivat suomalaiseen yhteiskuntaan vuorovaikutuksessa aiemman

kulttuurin ja paikallisen historian kanssa. Uusista vaikutteista huolimatta agraariyhteiskunnassa ja luterilaisessa etiikassa vaalittu vaatimattomuuden ihanne ja koreilemattomuus eivät kadonneet. (Sarpila & al. 2017, 88–93) Vielä nykyäänkin suomalaisilla on kyselytutkimuksissa tapana kertoa arvostavansa pukeutumisessa ensisijaisesti käytännöllisyyttä, tarkoituksenmukaisuutta ja siisteyttä esteettisten arvojen tai muodin sijaan (Purhonen & al. 2014, 171–172)

Lihavuus ei ole Suomessakaan ollut aina samalla tavalla vieroksuttua kuin nykyään. Ajatus lihavuuden epätoivottavuudesta sai jalansijaa vähitellen, mihin Suomessa vaikutti etenkin lääketieteellinen diskurssi sekä koulutetun eliitin mielipiteet. Jossain vaiheessa sekä lihavuuden näkeminen ihanteellisena että lihavuuden poistamiseen tähtäävät käsitykset, elivät vaihtelevan vahvaisina rinnakkain. Vielä 1940-luvulla etenkin maaseudulla naisen lihavuutta ja muotoja ihasteltiin, ja lapsen pyöreäksi syöttäminen oli tavallinen käytäntö. Hiljalleen terveysvalistus kuitenkin vaikutti ihmisten asenteisiin, ja nykyään myös suomalainen kauneusihanne myötäilee yleistä länsimaista kauneusihannetta, jossa hoikkuus on tavoiteltava ja lihavuus vältettävä asia. (Kyrölä & Harjunen 2007. 22)

Monet feministitutkijat ovat arvelleet, että naisiin kohdistuvien kauneusihanteiden muutoksilla on selkeä yhteys naisen yhteiskunnalliseen asemaan ylipäätään. Kirjailija ja toimittaja Naomi Wolfin mukaan kauneusihanteet ovat historiallisessa tarkastelussa koventuneet aina silloin, kun naiset ovat onnistuneet taistelemaan itselleen oikeuksia ja parantaneet yhteiskunnallista asemaansa. Wolfin ajatuksia on teoretisoinnissaan mukailnut myös Susan Bordo; teoksessaan *Unbearable Weight – Feminism, Western Culture and the Body* (1993) hän tarkastelee kauneusihanteiden muutoksia 1800-luvulta 2000-luvulle yhdistämällä ne naisten yhteiskunnallisen aseman muutoksiin. (Kyrölä & Harjunen 2007, 23) Bordo ei suhtaudu optimistisesti naisten mahdollisuuksiin irtautua ulkonäkötyöstä, vaan toteaa sen sijaan ironisesti, että historiallisessa tarkastelussa naisruumiin ulkonäköön kohdistuva kuri (jota hän pitää mahdollisesti ainoana sukupuoleen perustuvan alistamisen muotona, joka jossain määrin ylläpitää itse itseään) tulisi tunnustaa hämmästyttävän kestäväksi sosiaalisen kontrollin strategiaksi. Hän perustelee ajatustaan sillä, että pitää ajassamme vallalla olevaa kiinnostusta ulkonäköön ilmiönä, joka vain vahvistaa olemassa olevia sukupuoliasetelmia valtasuhteiden muuntamisyriytyksiä vastaan. Bordon mukaan ei siis näytä siltä, että naisen ruumiiseen kohdistuva kuri olisi vielä lähiaikoina helittiämässä. (Bordo, 2003. 166)

2.4. Ulkonäkö ja sukupuoli

Ruumiin sukupuolittaminen ja seksualisoiminen ovat yksiä keskeisimmistä kulttuurisista riitteistä ja eri kulttuureja yhdistävistä tekijöistä. Se vaikuttaisi olevan ihmisiä eri puolilla maailmaa yhdistävää sosiaalista käyttäytymistä, jonka taustat, tavat ja päämäärät kuitenkin vaihtelevat. Sukupuolittaminen ja seksualisoiminen tapahtuvat esimerkiksi erilaisin ruumiin muokkaamisen, koristelun ja verhoamisen tavoin. Ruumiin muokkaamisella ja koristelulla ruumiit merkitään feminiiniseksi ja/tai maskuliiniseksi, tai ”kolmannen sukupuolen” piirtein, jossa yhdistyvät feminiinisyys ja maskuliinisuus. Tyyllillä voidaan korostaa tai häivyttää sukupuolta, tai jopa kyseenalaistaa sukupuolten väliset rajat tai sukupuolen käsite kokonaan. Sukupuolen tuottaminen, esittäminen ja piilottaminen vaihtelevat voimakkaasti ajassa ja heijastelevat yhteiskunnan poliittista tilaa. (Saresma & al. 2010)

Yhteiskuntatieteellisessä ja feministisessä teoriassa biologinen (sex) ja sosiaalinen (gender) sukupuoli usein erotetaan toisistaan. Päivi Naskali on väitöskirjassaan *Tyttö, äiti, kasvatus – kohti feminiinistä kasvatusfilosofiaa* (1998) pohtinut ymmärrystämme sukupuolesta suhteessa kasvatukseen sosiaalistavana prosessina. Hän tarkastelee rinnakkain sosiaalirooleihin sosiaalistamisen teoriaa sekä reproduktioteoriaa, joissa molemmissa käytetään sosiaalisen sukupuolen käsitettä eli sukupuoli ymmärretään kasvatuksen ja sosialisointin aikaansaamaksi ”tuotteeksi”. Naskali näkee teorioiden keskeisenä erona sen, että sosialisointiteoria on yksilökeskeinen, kun taas reproduktioteoria huomioi kapitalistisen yhteiskunnan kasvatusjärjestelmien roolin luokka- ja sukupuolirakenteiden uusintajina. Naskali kuitenkin argumentoi, ettei pelkkä sosiaalisen sukupuolen käsite riitä tuottamaan tarvittavaa ymmärrystä lapsen sukupuolisesta kehityksestä. Hän painottaa, että lapsen kehitys on paitsi kognitiivinen myös hyvin ruumiillinen tapahtuma, jossa niin sukupuoli, tieto yksilön paikasta yhteiskunnassa kuin myös yksilön paikka kulttuurin narratiivisessa rakenteessa ”koodautuvat” tilanteeseen sidottuun, elettyyn ruumiiseen. Naskalin näkemyksessä siis korostuvat kielelliset käytännöt ja ruumiillisuus, pelkän sosiaalisen sukupuolen ja yhteiskunnallisten käytäntöjen tarkastelun sijaan. (Naskali 1998, 38–41) Hän tiivistää näkemyksensä kasvatuksesta ja sukupuolesta seuraavasti:

”Katson, että kasvatus on keskeinen osa teknologioita, jotka tuottavat sukupuolen representaatioita tekstuaalisesti ja imaginaarisesti. Kasvatus on oleellisesti kielellinen ilmiö, mutta myös hyvin materiaallinen, ’todellinen’ tapahtuma, prosessi, jossa ideologia konstruoi subjektit.” (Naskali 1998, 46)

Näen Naskalin ajattelussa selkeän yhtymäkohdan ruumiinfenomenologiseen tarkasteluun, jota käsittelen tarkemmin ruumiinfenomenologiaa ja kokemuksen tutkimista käsittelevässä luvussa.

Vaikka länsimaisen yhteiskunnan ulkonäkönormit koskettavatkin kaikkia sukupuolia, ovat ne silti olleet aina tiukempia naisille ja sallivampia miehille. Kauneus on feminiininen määre ja diskurssi, jota nimenomaan naisten on tullut, ja tulee, tavoitella. Ulkonäkönormit, joilla nais- ja miesruumiille asetetaan tiettyjä ehtoja, ovat kytköksissä valitseviin käsityksiin naiseudesta ja miehuudesta. Näihin käsityksiin kietoutuvat myös odotukset ja vaatimukset eri sukupuolten rooleista ja asemasta yhteiskunnassa. Mies- ja naisruumiita on arvioitu eri tavoin: miesruumiin arvioinnissa huomiota on kiinnitetty ruumiin toimivuuteen, suorituskykyyn ja voimaan, kun taas naisruumis on arvottunut sosiaalisten ja esteettisten tekijöiden kautta. (Saresma & al. 2010, 241) Feministisessä ajattelussa on katsottu, että nuo naisten ulkonäön arvottamista koskevat sosiaaliset ja esteettiset tekijät heijastelevat patriarkaatin pyrkimystä estää naisia saamasta valtaa ja oikeuksia. Naomi Wolfin mukaan naisissa kauniina pidetyt ominaisuudet ovat ensisijaisesti kyseisenä aikakautena toivottavana pidetyn käyttäytymisen symboleja, ja niillä on pyritty pitämään naiset kuuliaisina, alistuvina ja passiivisina. Wolfin mukaan kauneusihanteilla säännellään siis nimenomaan käyttäytymistä, mutta ulkonäön kautta. (Wolf 1991, 13)

Wolfin kuuluisa teos *Kauneuden myytti* (1991) pureutuu siihen, miten naiskauneuden kuvia on käytetty poliittisena aseena feminismiä ja naisten vapautumista vastaan sukupuolittuneen valtahierarkian säilyttämiseksi. Kauneuden myytillä Wolf viittaa patriarkaatin luomaan ideologiaan, jolla naiset pyritään erilaisin ”naisellisuuden harhoin” kahlitsemaan kauneuden tavoitteeseen, ja samalla kilpailuun toisiaan vastaan, jotta he eivät saavuttaisi enempää valtaa, rahaa, toimintamahdollisuuksia ja laillisia oikeuksia, ja miesten ylivalta pysyisi koskemattomana. (Wolf 1991, 8–12) Myös antropologi Tamar Diana Wilson ajattelee, että naisiin kohdistuvilla kauneusnormeilla naisista pyritään tekemään passiivisia katseiden kohteita. Hänen mukaansa naisruumiin objektivoinnin seurauksena on se, että miesten väliset luokkaerot lientyvät ja patriarkaattinen valta vahvistuu entisestään; miehet sosiaalistetaan yhteisen veljeyden hengessä pitämään naista miehisen katseen kohteena esimerkiksi pornoa katsomalla, minkä myötä myös naiset alkavat nähdä itsensä nimenomaan seksuaalisina objekteina sekä pitää ensisijaisena päämääränään miehen voittamista seksuaalisen viehätysvoiman keinoin muita naisia vastaan kilpailemalla. (Saresma & al. 2010, 235)

Feministisessä tarkastelussa ulkonäkönormit nähdään siis patriarkaalisia valtasuhteita luovina ja ylläpitävinä, ja kaikille sukupuolille vahingollisina. Ulkonäöstä huolehtimista koskevat

sosiaaliset säännöt ovat kuitenkin eittämättä sukupuolittuneita eli etenkin naisten odotetaan käyttävän aikaa ja energiaa jokapäiväiseen ulkonäkötyöhön. Asiaan liittyy kuitenkin kaksoisstandardi, jonka perusteella naisten ei haluta saavan ulkonäöstä taloudellista hyötyä itselleen. Mikäli nainen hyötyy ulkonäöstään itse, sen sijaan että asiasta hyötyisi esimerkiksi työnantaja, aiheuttaa se paheksuntaa. (Kukkonen & al. 2019, 70) Koska useimmat naiset kokevat ulkonäkötyön laiminlyömisestä seuraavat sosiaaliset sanktiot ulkonäöstä hyötymistä seuraavaa paheksuntaa pahemmaksi uhaksi, päätyvät naiset itsekin ylläpitämään kauneusnormeja. Naisia rangaistaan muun muassa ruumiin koon normirajojen ylittämistä paljon miehiä hanakammin; Beverley Skeggsin mukaan naisen lihavuutta pidetään miehiä useammin merkinä alhaisesta luokkastatuksesta sekä osoituksena moraalista alennustilasta (Saresma & al. 2010, 241–242)

Normeja ylläpitävät myös muut kauneuteen ja sukupuoleen liitetyt kulttuuriset ideologiat, uskomukset ja oletukset. Ideologia, jonka mukaan naisruumis on miesruumista luonnollisempi ja otollisempi parantelun kohde, näkyy esimerkiksi siten, että kosmeettisen kirurgian asiakkaista 90 % on naisia. Sama ideologia näkyy myös median lihavuus- laihdutus- ja terveystyöväestössä, jonka kohteena ovat pääsääntöisesti naiset. Tämä on saanut aikaan sen, että naisten tyytymättömyydestä omaan ruumiiseensa ja painoonsa on tullut länsimaissa niin normatiivista, että se on vaikuttanut terveenä ja sairaana pidetyn ruumiinkuvan merkityssisältöön. Jopa syömishäiriökäyttäytymisen piirteitä sisältävää laihduttamista pidetään laajalti täysin luonnollisena osana länsimaisen naisen arkielämää. (Saresma & al. 2010, 236–242) Kyrölän ja Harjusen mukaan ongelman ytimessä on oletamus ruumiin hallittavuudesta ja halusta kontrolloida edes jotain tilanteessa, jossa tulevaisuus on epävarma, yhteiskunnalliset muutokset nopeita ja elämä tuntuu monimutkaiselta. Kun ihminen huomaa, ettei ruumiin kontrollointi olekaan niin helppoa kuin hän luuli, saa pyrkimys kontrolliin suhteettoman suuren tilan ja painoarvon elämässä, mikä voi näkyä esimerkiksi pakonomaisena laihduttamisena, syömishäiriöinä ja muina psyykkisinä ongelmina. (Kyrölä & Harjunen 2007, 23)

Kauneusnormeilla rakennetaan ja ylläpidetään hyväksyttävään naiseuteen ja naisen yhteiskunnalliseen asemaan liitettyjä odotuksia ja oletuksia. Naisvartalon ulkomuodolle asetetuista vaatimuksista tärkein on hoikkuus, jota seuraa nuoruus. Hoikkuus liitetään feminiinisyyteen, seksuaaliseen attraktiivisuuteen ja parisuhdemestykseen, jolloin lihavuus näyttäytyy kaikkia edellä mainittuja ihanteita rikkovana (Jokinen & al. 2004, 248–250) Nuoruutta ihannoivassa länsimaaisessa kulttuurissa myöskään ikääntymisen merkit eivät ole naisten kohdalla yhtä hyväksyttäviä kuin miesten. Feministikirjailija Susan Sontag tiivisti asian jo 1970-luvulla: hänen mukaansa ”nuoruutta koskevat ulkonäköstandardit koskevat erityisesti naisia, koska heitä

arvioidaan aina tyttöyden mittatikulla” (Kukkonen & al. 2019, 99–102). Tytön ruumis on naiseuden rakentumisen paikka, mikä alkaa useilla tytöillä näkyä kasvuiässä myös ulospäin. Ruumiin kontrollointi saattaa alkaa jo tuolloin esimerkiksi painontarkkailun kautta, ja ulkonäöstä kokonaisuudessaan saattaa tulla merkittävä koetinkivi nuoren ihmisen itsetunnolle. Yhteiskuntatieteilijä Ulla Kosonen näkee asiassa myös näkökulman, jossa naisten ajatellaan olevan jollain tavalla enemmän ruumiissaan kuin miesten, koska naisen elämä on voimakkaasti biologisten rytmien määrittämää. Tästä johtuisi osittain myös ulkonäköruumiin tärkeys naisen elämässä (Kukkonen & al. 2019, 67–69)

2.5. Yksityistä ja julkista – ulkonäkösuhteen sosiaalinen rakentuminen

Tuntisimmeko ulkonäköpaineita, jos eläisimme täysin eristyksissä muista, yhteiskunnallisista valtahierarkioista ja sosiaalisista konventioista irrallaan? Tämä on usein kuultu kysymys keskustelussa ulkonäköpaineista tai ulkonäkötyön osa-alueista, kuten ihokarvojen ajelusta. Arkielämässä ulkonäköpaineilla viitataan sellaisiin ulkonäköön liittyviin normeihin, joihin mukautuminen koetaan painostavana. Ulkonäköpaineiden kokeminen on siis tarvetta näyttää tietynlaiselta useimmiten tai lähes aina sosiaalisista syistä johtuen; ulkonäköpaineita voidaan pitää eräänlaisina normien konkretisoina yksilöiden kokemuksissa. (Kukkonen & al. 2019, 159)

Kuten olen jo aiemmissa luvuissa käsitellyt, ulkonäkö ei ole pelkkä yksityisasia, vaan kiinnittyy perustavanlaatuisesti sosiaalisiin suhteisiin sekä ympäröivään yhteiskuntaan ja kulttuuriin. Ulkonäkö voi antaa vihjeitä siitä, millainen toinen ihminen on tai millaisista asioista pitää. Ulkonäön pääomateoriaan nojaten voidaan sanoa, että ulkonäkö tekee kantajansa resurssit näkyviksi ja tuo siten sosiaalisilla kentillä eri tavoin paikantuvia ihmisiä yhteen. Toisen ulkonäön kehuminen synnyttää yhteisyyttä, joka on kuin liimaa yksilöiden välillä. Sama liima voi kuitenkin toimia toiseen suuntaan kuin eristeenä, sillä ulkonäköä voidaan käyttää samanaikaisesti jostain ryhmästä erottautumiseen ja vastaavasti toiseen kiinnittymiseen. (Kukkonen & al. 2019, 59)

Omaan ulkonäköön tai kehoon kohdistuvan tyytymättömyyden ajatellaan usein arkielämässä kumpuavan sosiokulttuuristen tahojen tuottamista ulkonäköpaineista. Tällaisiksi tahoiksi nähdään useimmiten massamedia, perheenjäsenet sekä ikätoverit. Sosiokulttuurisia ulkonäköpaineita voivat synnyttää esimerkiksi ulkonäköön keskittyvä mediasisältö, vanhemman omaa kehoaan kohtaan kokema tyytymättömyys tai ikätoverien painoon tai kehon muotoon kohdistuva kiusaaminen. Yksi tutkimuksissakin huomioiduista mahdollisista ulkonäköpaineiden tuottajista sosiaalisessa kanssakäymisessä on myös tietynlainen ulkonäköpuhe, josta Helen Sharpen ja

kollegoiden tutkimusartikkelissa käytetään käsitettä ”fat talking”, joka voisi suomeksi kääntyä lihavuuspuheeksi tai ”läskipuheeksi” (ainakin mikäli vertauskohdaksi otetaan käsite ”fat phobia”, joka on mediassa ja kirjallisuudessa usein kehoaktivistien toimesta käännetty suomeksi ”läskifobiaksi”). Läskipuheen käsitettä käyttivät ensimmäisen kerran kehonkuvaa tutkineet Mimi Nichter ja Nancy Vuckovic 1990-luvulla. He määrittivät läskipuheen rituaalisia elementtejä sisältäväksi halventavaksi puheeksi, joka keskittyy sisällöltään painoon tai kehonmuotoon, ja jota erityisesti naiset ja nuoret tytöt harrastavat. Sharpen ja kollegoiden tutkimusartikkelissa läskipuheen viideksi keskeisimmäksi puheenaiheeksi määritellään 1) omien tapojen vertaaminen ihanteellisina pidettyihin syömis- ja liikuntatapoihin, 2) lihomisen pelko, 3) miten omat syömis- ja liikuntatottumukset vertautuvat toisten tottumuksiin, 4) muiden ulkonäön arviointi sekä 5) ateriankorvikkeet ja kehonrakennusstrategiat. Tutkimukset, joissa on tutkittu läskipuheen vaikutuksia kehonkuvaan, viittaavat siihen, että yhteys läskipuheen ja kehotytyttämättömyyden välillä on todellinen sekä aikuisilla että nuorilla. (Sharpe & al. 2013, 643–652)

Ulkonäön merkityksen korostumisella länsimaisten ihmisten arjessa on selkeä yhteys yhteiskunnan muuttumiseen kulutuskeskeisemmäksi. Kulutusyhteiskunnassa ulkonäön ja identiteetin kytkös korostuu, mikä johtuu kulutussosiologi Mike Featherstonen mukaan siitä, mitä näemme mediassa ja mainonnassa: median ja mainonnan viestit jatkuvasti vahvistavat ulkonäön ja identiteetin kytköstä kannustamalla ihmisiä suhtautumaan ulkonäköön elämänmittaisena identiteetitiprojektina. Toisaalta ulkonäkö on yhä useammin osa myös poliittista keskustelua, jossa hyvinvointi ja ulkonäkö samastetaan yhteen. Ulkonäöstä huolehtiminen nähdään kansalaisvelvollisuutena, ja etenkin lihavuuteen suhtaudutaan tuomiten ja moralisoiden. Ulkonäkö kietoutuu lisäksi työelämän muutoksiin, johon liittyvät muun muassa henkilöbrändäys ja ulkonäön merkityksen lisääntyminen kilpailun myötä muun muassa asiantuntijatehtävissä. Yleisessä yhteiskunnallisessa epävarmuudessa ulkonäkö saattaa myös näyttäytyä yhtenä harvoista asioista, jota yksilön on mahdollista kontrolloida. (Kukkonen & al. 2019, 86–88)

Seuraavissa kahdessa alaluvussa käsitelen ulkonäkösuhteen sosiaalista rakentumista kahden eri näkökulman valossa: ajallisessa ja paikallisessa kontekstissa. Ajallisessa tarkastelussa käyn läpi lapsuuden ja nuoruuden merkitystä ulkonäkösuhteen kehittämisessä. Paikallisessa tarkastelussa sen sijaan luon katsauksen 2000-luvun suomalaisten ulkonäkötyöhön kohdistuviin asenteisiin.

2.5.1. Ulkonäön kokeminen ajassa – lapsuus ja nuoruus

Yhteiskunnallisessa ulkonäkökeskustelussa käsitykset ja uskomukset normaaliuteen liittyen tulevat usein nopeasti vastaan. Etenkin kasvavilla lapsilla ja nuorilla, joiden elämäkokemus on rajallinen ja joiden kehot käyvät lyhyessä ajassa läpi paljon fyysisiä muutoksia, kehonkuvan huolet usein lisääntyvät, ja oman kehon ja ulkonäön normaaliudesta tulee tärkeää. Tämän lisäksi nuorilla on usein kova tarve sekä oman itsen että kodin ulkopuolisen, oman paikan löytämiseen, ja ulkonäkö on molemmissa tapauksissa merkittävässä roolissa ryhmään kuulumisen tai kuulumattomuuden kannalta. Tasapainottelu erottumisen ja itseilmaisun, sekä sosiaalisen samastumisen ja ryhmään kuulumisen välillä voi olla vaikeaa. Nuoruus on siis keskeistä aikaa ulkonäkösuhteen muodostumisen kannalta, vaikkakin yhdysvaltalais tutkimuksessa huomattiin, että oman kehon ulkonäköä koskevat huolet voivat alkaa jopa kuusivuotiaana, ja lisääntyä entisestään iän myötä. (Schaefer, M. K. & Blodgett Salafia, E. H. 2014. 599–608)

Koska käsitykset ulkonäöllisestä normaalista ovat ajasta ja paikasta riippuvaisia, ovat ne myös ideaalien värittämiä. Normaalina pidetty ei välttämättä ole todellisuudessa se keskimääräinen tai yleisin, vaan pelkästään ihmisten käsitys tai mielikuva normaalista. Ulkonäöllisen normaaliuden kategoria on siis vahvasti kontekstuaalinen. Melko tuoreessa Coloradon yliopiston tutkimuksessa selvisi, että ulkonäöllinen ”normaali”, jonka vaikutuksessa nuori elää arkeaan 15–16-vuotiaana, voi kuitenkin vaikuttaa käsitykseen oman ulkonäön normaaliudesta vielä nuorena aikuisenakin. (Kukkonen & al. 2019, 158) Turkulaisten taloussosiologien keräämässä Arkielämä ja ulkonäkö -kyselytutkimusaineistossa monet vastaajat kuvailivat ulkonäön tärkeyden korostuvan nuoruudessa, koska halu kuulua joukkoon kaikin tavoin, myös ulkonäöllisesti, on niin suuri. Normaalius koetaan tärkeäksi, sillä sitä pidetään ystävien saamisen ja sosiaalisen hyväksynnän takaajana. (Kukkonen & al. 2019, 54) Ryhmään kuuluminen voi olla niin vahvistavaa, ja toisaalta ryhmän ulkopuolelle jääminen niin traumatisoivaa, että samoja normaaliuden mittareita saattaa tulla toistaneeksi niiden vaikuttavuuden vuoksi vielä aikuisenakin.

Lapsena tai nuorena ryhmän ulkopuolelle jääminen, tai jätetyksi tuleminen, voi toteutua kiusaamisena, tai johtaa siihen myöhemmin. Syy kiusaamiselle voi olla oikeanlaisten ulkonäköressurssien puute, toisin sanoen joko kyvyttömyys tai haluttomuus samastua muiden määrittelemiin ulkonäkönormeihin. Eräs Arkielämä ja ulkonäkö -kyselytutkimukseen osallistuneista vastaajista kertoo, että yläkoulussa perinteisten sukupuoliroolien sekä maskuliinisuuden ja feminiinisuuden oikeaoppinen esiin tuominen määritteli sen, miten hyvin ulkonäkönormeihin sopeutuminen onnistui. Jos ei pystynyt tai halunnut sopeutua, saattoi joutua kiusatuksi. Kyseinen vastaaja koki transnaisena olleensa vahvasti koulun ulkonäkönormiston ulkopuolella

pukeutuessaan naisten vaatteisiin sekä erilaisten alakulttuurien mukaan. Taloussosiologian tutkijoiden mukaan yksilöllisyyteen panostaminen on tapa toimia vastareaktionä ulkopuolelta määritellyille ulkonäkönormeille, vaikka riskinä onkin joutua alttiiksi arvostelulle (Kukkonen & al. 2019, 55) Myös Oma ulkonäkö muistoissani 2015-tutkimusaineiston kirjoituksissa on kuvailuja oman ulkonäöllisen itseilmaisun toteuttamisesta ulkonäkönormien ulkopuolella, esimerkiksi jonkin alakulttuurin tyyliin pukeutumalla. Vaikka muisteluissa on kuvauksia kiusaamisesta, on myös kuvauksia itseilmaisun voimauttavuudesta sekä oman ulkonäköön pohjautuvan yhteisön löytymisen tärkeydestä.

Myös kehityspsykologisen näkemyksen mukaan ulkonäkö ja käsitys itsestä ovat erityisen voimakkaasti yhteydessä toisiinsa nuoruusiässä. Tämä voi saada aikaan sen, että nuoruudessa omasta ulkonäöstä muodostuva käsitys liimautuu niin tiukasti osaksi omaa minuutta, että niitä voi olla vaikea erottaa toisistaan aikuisenakaan. Arkielämä ja ulkonäkö -tutkimusaineiston elämäkertavastauksissa toistuvat samankaltaiset ulkonäkömuistojen kuvaukset kuin Oma ulkonäkö muistoissani 2015-aineistossakin: esimerkiksi äidin kommentti nykerönenästä sai vastaajan ajattelemaan vuosia, että hänellä on iso nenä. Molemmista aineistoista on myös kuvauksia, joissa vastaajat muistelevat ”luokkansa kauneinta tyttöä”, jonka ulkonäkö oli saanut heissä aikaan jonkinlaisen ulkonäöllisen heräämisen eli omasta ulkonäöstä tietoiseksi tulemisen vertaamisen kautta. (Kukkonen & al. 2019, 94–95)

Tutkimuksissa on huomattu, että huoli ikääntymisen merkeistä saattaa alkaa vaivata jopa alakäisiä tyttöjä, jotka ovat häidin tuskin murrosikäisiä. Selitykseksi on esitetty jo lapsena koettua ristiriitaa naiseksi kasvamisen ja tyttöyden ideaalin välillä: kenties murrosiän aikaiset keholliset muutokset herättävät huolen ikääntymisestä, jossa ristiriita tulee näkyväksi. (Kukkonen & al. 2019, 99–102) Naomi Wolfin mukaan jo lapset saattavat olla hyvinkin vastaanottavaisia aikuisille naisille suunnatuille kauneusideaaleille – kuten aiemmin naistenlehtien kuville, nykyään muiden muassa mainoksille ja sosiaalisen median kauneuskuvastolle – mikäli varhaiskasvatus on kauneuden myytin mukaista. (Wolf 1991, 81) Wolf myös kritisoi seksuaalikasvatusta, jossa korostetaan naisen seksuaalisuuden sisäänpäin kääntyneisyyttä, ja pitää valitettavana, että sisäänpäin kääntyneisyyden korostaminen saa niin helposti aikaan sen, että kauneus vie seksuaalisuuden paikan naisen huomion viejänä. (Wolf 1991, 212) Tulkiten Wolfin näkemyksen niin, että olisi hänen mielestään parempi, mikäli tytöt tutustuisivat seksuaalisuuteensa avoimin mielin, ilman häpeää, ja myös ilman ulkonäköpaineita, jotka ikään kuin pienentävät heidän ruumiillisen olemuksensa ja seksuaalisuutensa pelkäsi miehisen katseen kohteeksi.

Lapsuuden ja nuoruuden lähipiirissä koetun ulkonäön kommentoinnin sekä ulkonäköön liittyvän kiusaamisen vaikutuksista on tehty useita ulkomaisia, useimmiten kvantitatiivisia, tutkimuksia. Eräässä yhdysvaltalais tutkimuksessa havaittiin yhteys vanhempien, sisarusten tai ikätoverien harjoittaman kiusaamisen ja omaan kehoon kohdistuvan tyytymättömyyden välillä. Tytöt kokivat tyytymättömyyttä poikia useammin, kun taas pojat tunsivat tyttöjä useammin tarvetta lihastensa kasvattamiseen. Vanhempien harjoittama kiusaaminen lisäsi tutkimuksen perusteella todennäköisyyttä, että myös sisarukset osallistuvat kiusaamiseen. Huomionarvoista on, että ylipäättään ulkonäköön kohdistuva kiusaaminen, tuli se sitten perheenjäsenten tai ikätoverien suunnalta, oli tutkimuksen mukaan selkeästi yhteydessä kehonkuvaan liittyviin huoliin. Tutkimuksen mukaan perhepiirissä koettua kiusaamista esiintyy laajalti ja kokemukset ovat yleisiä yhdysvaltalaisnuorten keskuudessa. Lisäksi ulkonäköön kohdistuva kiusaaminen voi tutkimusartikkelin mukaan olla erityisen haavoittavaa yksilölle, sillä se kasvattaa yksilön taipumusta tehdä sosiaalista vertailua oman ja muiden ulkonäön välillä. Erityisen ongelmallista on, että etenkin nuorilla tytöillä kiusaaminen voi vahvistaa tapaa tarkastella omaa kehoa objektina, ja että kiusaaminen antaa pojille mallin kritisoida tyttöjen kehoja, mikäli ne eivät täytä esimerkiksi länsimaisen kulttuurin hoikkuusihannetta. (Schaefer, M. K. & Blodgett Salafia, E. H. 2014. 599–608)

Toisessa yhdysvaltalais tutkimuksessa havaittiin yhteys perheen vanhempien omaan ulkonäkönsä kohdistuvan tyytymättömyyden ja perheen lasten kehotyytymättömyyden välillä. Natalia Solano-Pinton ja kollegoiden tutkimusartikkelin mukaan äiti on kasvatuksellinen avainhenkilö etenkin tyttäriensä myönteisen kehokuvan kehittymisen näkökulmasta, ja että äidin asennoitumisella omaan kehoonsa on vaikutusta tyttärien kehotyytyväisyyteen sekä syömistapoihin. Tutkimuksissa teini-ikäiset lapset myös raportoivat äidin ”läskipuheella” ja kriittisillä kommentilla kehostaan tai syömistottumuksistaan olevan vaikutusta heihin. Hyvällä keskusteluyhteydellä ja läheisyydellä molempien vanhempien kanssa nähtiin myönteinen vaikutus kehonkuvan kehitykseen ja terveyteen yleensä. (Solano-Pinto & al. 2021, 650–744)

Tämän tutkielman näkökulmasta huomionarvoisinta Solano-Pinton ja kollegoiden tutkimusartikkelissa kuitenkin on, että perheen rooli näyttäytyy yhtenä pääasiallisista kehotyytymättömyyttä ja syömishäiriöitä ennustavista muuttujista. Perheen vaikutus on kehonkuvan kehityksen näkökulmasta sekä suoraa että epäsuoraa. Suoraa vaikutusta edustavat esimerkiksi vanhempien kommentit lapsensa kehon muodosta tai painontarkkailun tarpeesta, kun taas epäsuoraa vaikutusta voi olla esimerkiksi vanhempien suhtautuminen omaan kehoonsa. Niin suora kuin epäsuorakin vaikutus voi ilmetä myönteisenä, kielteisenä tai neutraalina, ja puheet voivat pitää

sisällään esimerkiksi kehon toiminnallisuuden tärkeyden korostamista, terveelliseen ja aktiiviseen elämäntapaan kannustamista, hellyyden ja arvostuksen osoituksia, tai kontrastina edellä mainituille, kehotyytymättömyyttä. Vaikka monet tutkimukset perheen ja kehotyytymättömyyden yhteydestä ovatkin keskittyneet äiti-tytärsuhteisiin, Solano-Pinton ja kollegoiden tutkimusartikkelin mukaan monissa viimeaikaisissa tutkimuksissa on havaittu, että molempien vanhempien vaikutus on merkittävä, etenkin mikäli kyseessä on lapsen kehoon kohdistuvat kriittiset kommentit eli perheen suora vaikutus. Lisäksi tutkimuksissa on huomattu, että kriittisillä kommentteilla voi etenkin tyttärien kohdalla olla vaikutusta kehotyytymättömyyden kokemiseen ja kehittymiseen myöhemmälläkin iällä, jopa aikuisuudessa. (Solano-Pinto & al. 2021, 650–744)

2.5.2. Ulkonäön kokeminen paikassa – 2000-luvun Suomi

Ulkonäköön liittyvät käsitykset, ihanteet ja normit ovat paitsi ajallisesti, myös kulttuurisesti ja maantieteellisesti paikantuneita. Tässä luvussa teen lyhyen katsauksen suomalaisten ulkonäköasenteita käsittelevään tutkimukseen ja suomalaiseen ulkonäkösuhteeseen 2000-luvulla. Vaikka Oma ulkonäkö muistoissani 2015-tutkimusaineiston vastaajista suurin osa ei olekaan elänyt lapsuuttaan ja nuoruuttaan 2000-luvulla, eivät ulkonäköön liittyvät käsitykset ole muuttuneet niin merkittävästi, etteikö samoja tunnistettavia piirteitä löytyisi myös heidän ulkonäkömuistoistaan aiemmilta vuosikymmeniltä. Lisäksi kirjoittajat ovat eläneet aikuisuuttaan 2000-luvulla, jolloin aikuisiän sosiaalinen ympäristö on oletettavasti vaikuttanut heidän ulkonäköön liittyviin ajatuksiinsa kirjoitushetkellä.

Teoksessa *Ulkonäköyhteiskunta – Ulkoinen olemus pääomana 2000-luvun Suomessa* (2019) kerrotaan, että suomalaisten kokevat vahvan yhteyden ulkonäkönsä ja identiteettinsä välillä. Vaikka ulkonäkötyöhön kulutetaankin paljon erilaisia resursseja, kuten aikaa, energiaa ja rahaa, on sen tarkoituksena vain harvoin tietyn ulkonäköstandardin tavoittelu, vaan pikemminkin itseilmaisu ja pyrkimys saada ulkonäkö vastaamaan sisäistä minuuden kokemusta. On kuitenkin selvää, että sosiaalinen ympäristö osallistuu sen määrittelyyn, millaisia ilmenemismuotoja itseilmaisu milloinkin saa. Suomalaisten ulkonäkösuhdetta luonnehtii pitkälti se, että ulkonäöllä ei haluta erottua, vaan tärkeämpää on sulautua joukkoon (Kukkonen & al. 2019, 194–195)

Suomalaiset kokevat ulkonäkötyön osaksi arkisia rutiinejaan eikä sitä kyseenalaisteta. ”Terve sielu terveen *näköisessä* ruumiissa” on eräänlainen pohja-asetus, jonka mukaan terveellisesti elämisen kylkiäisenä saattaa saada kaupan päälle ulkonäön, johon olla tyytyväinen. Vaikka

ulkonäöstä huolehtiminen onkin normatiivista, on ulkonäkötyö kuitenkin siinä määrin yksityistä, ettei sen myöntäminen ole hyväksyttävää. Ulkonäön tulee olla keskiluokkaisen asianmukainen ja luonnollinen, eli tavoiteltavaa on, että näyttäisi luonnostaan hyvältä ilman, että näyttäisi päälle päin nähneensä vaivaa ulkonäkönsä eteen. Huolimatta ulkonäön arvostuksen lisääntymisestä 2010-luvulla, ei ulkonäön arvostus ole edelleen kovin korkealla verrattuna muihin suomalaisten perinteisesti tärkeinä pitämiin asioihin. (Kukkonen & al. 2019, 195–196) Oleellista siis on, että ulkonäön tärkeyttä ei saa korostaa liikaa muiden arvojen tai etenkin muiden ihmisten kustannuksella – ihanteellinen ulkonäkötyöläinen on hiljainen ulkonäkötyöläinen (Kukkonen & al. 2019, 89).

Turkulaiset taloussosiologit ovat Arkielämä ja ulkonäkö -kyselyaineiston perusteella eritelleet 2000-luvun suomalaisten erilaisia asenteita ulkonäkötyötä kohtaan, ja päätyneet asenteiden pohjalta neljään kategoriaan. Kategoriat ovat 1) huolitteluun pyrkivä asennoituminen, 2) erottautumiseen pyrkivä asennoituminen, 3) itsevarma itsensä esittämisasennoituminen ja 4) urheilullisuuteen pyrkivä asennoituminen. Huolittelijoiden kohdalla suhde ulkonäköön ja siitä huolehtimiseen on kaksijakoinen, sillä se koetaan samanaikaisesti sekä yksilöllisen identiteetin ilmentämiseksi että yritykseksi vastata ympäristön odotuksiin. Huolittelijat olivat useimmiten korkeakoulutettuja ja naisia. Erottautujat uskovat, että ulkonäöllä on merkitystä yksilön menestyksen näkökulmasta. He haluavat tulla ihailuiksi ja asettavat ulkonäköön liittyvät kulutustarpeet muiden kulutustarpeiden edelle. Ei liene yllättävää, että tähän kategoriaan kuuluvia löytyy suomalaisista vain vähän ja heistä suurin osa on tutkimuksen mukaan alle 30-vuotiaita. Itsevarmat itsensä esittäjät ovat itsevarmoja ulkonäkönsä suhteen, ja heillä on vahva näkemys itsensä ulkonäöllisestä esittämisestä. Asenteeseen liittyy myös sosiaalinen luontevuus sekä hyvä puukeutumiseen liittyvä tilannetaju; bourdieulaisittain voisi sanoa, että heiltä löytyy ruumiillistunutta kulttuurista pääomaa. Myös tässä kategoriassa löytyi yhteys korkeasti koulutettuihin ja naisiin. Viimeiseen kategoriaan kuuluvien eli urheilullisten asennoitumista ulkonäkötyöhön kuvastaa nuoren, terveen ja suorituskykyisen ruumiin tavoittelu. Tämän kategorian osalta yhteys löytyy nuoriin, korkeasti koulutettuihin sekä miehiin. (Kukkonen & al. 2019, 91–93)

Arkielämä ja ulkonäkö -kyselytutkimuksen perusteella ulkonäkö on Suomessa naisille selvästi tärkeämpi asia kuin miehille, ja samansuuntaisia tuloksia on saatu myös 2000-luvun alussa. Myös ikä vaikuttaa siihen, miten tärkeiksi ulkonäköasiat koetaan. Tutkimusten mukaan ulkonäön kokeminen tärkeäksi vähenee iän myötä, miehillä vielä jyrkemmin kuin naisilla. (Kukkonen & al. 2019, 93) Ulkonäöllisistä ominaisuuksista suomalaiset ovat kaikkein

tyytymättömmimpiä painoonsa, ja tämä näkyy myös Oma ulkonäkö muistoissani 2015-tutkimusaineiston kirjoituksissa (Kukkonen & al. 2019, 87).

2.6. Ruumiin tutkimus

Mielestäni ulkonäön sosiologinen käsitteellistäminen uhkaa jäädä vajaaksi ilman, että sivutaan myös ruumiin käsitettä. Ruumis muodostaa suuren osan ulkonäköä, joten tulemme katsotuiksi ja kohdatuiksi sosiaalisissa tilanteissa tietynlaisina ruumiina. Katset ja kohtaamiset taas vaikuttavat tapoihimme kommunikoida ympäristömme kanssa, sekä siihen, miten oman ruumiimme näemme. (Saresma & al. 2010, 232) Ruumista voidaan siis pitää sosiaalisen toiminnan ja sen ylläpitämisen perustana, sillä ihmiset osallistuvat sosiaaliseen kanssakäymiseen aina ruumiillisesta positiosta käsin. Puhuttaessa ulkonäöstä nousee ruumis yleensä ensimmäisenä keskustelun keskiöön, etenkin sen koko, muoto ja paino. Kokemusta omassa ruumiissa elämisestä on lähes mahdotonta erottaa oman ulkonäön kokemisesta. (Kyrölä & Harjunen 2007, 10). Voitaneen siis sanoa, että ruumiilliset ominaisuudet ovat merkittävä ja täysin erottamaton osa ihmisen ja maailmassa olemisen kokemusta. Ruumiissa, samoin kuin ulkonäössä, kohtaavat toisensa yhteiskunnallisuus ja yksilöllisyys, luonto ja kulttuuri, instituutiot ja halut; ruumiissa siis risteävät monet merkitykset ja käytännöt. (Kyrölä & Harjunen 2007, 207)

Koska sosiologia on tieteenala, jonka sisällä kiinnostus on perinteisesti kohdistunut muun muassa toiminnan ja toimijoiden rationaalisuuteen, kollektiiviseen tajuntaan ja sosiaalisiin rakenteisiin, on jossain määrin ymmärrettävää, miksi ruumis loisti pitkään poissaolollaan sosiologisen tutkimuksen piiristä. Ruumista jopa jossain vaiheessa luonnehdittiin sosiologian poissaolevaksi läsnä olevaksi. Yhtenä ilmeisistä syistä voitaneen pitää länsimaista ajattelua jo antiikin ajoista hallinnutta ruumis-mieli-dikotomiaa eli käsitystä mielen ja ruumiin erillisyydestä. Käsittelemme ruumis-mieli-dikotomiaa tarkemmin tuonnempana.

Koska nyt ruumis on kuitenkin ollut jo hyvän aikaa suuren kiinnostuksen kohteena muiden yhteiskunta- ja sosiaalitieteiden ohella myös sosiologiassa, on sekä ruumistutkimuksessa että ruumiin teoreettisessa huomioon ottamisessa päästy niin pitkälle, ettei enää puhuta pelkästä ruumiin sosiologiasta (sociology of body), vaan ruumiillistuneesta sosiologiasta (embodied sociology) (Williams & Bendelow 1998, 23). Ruumiillistuneella sosiologialla tarkoitetaan ymmärrystä siitä, että ruumiit eivät ole luonteeltaan pelkästään biologisia, essentialistisia ja esisosiaalisia, vaan ne sekä muovaavat asuttamaansa yhteiskuntaa että tulevat itse saman yhteiskunnan muovaamiksi. Lähestymistapaan kuuluu myös tutkijan ruumiillisen olemassaolon tiedostaminen ja huomioiminen tutkittaessa toista ihmistä, mikä voi parhaimmillaan rikastaa

sosiologista ymmärrystä sosiaalisesta dynamiikasta ja instituutioista laaja-alaisesti. Ruumis tulisi siis tunnistaa tärkeäksi sosiologiseksi tutkimuskohteeksi sekä mahdolliseksi syyksi, että seuraukseksi, yhteiskunnalliselle liikehdinnälle. (Boero & Mason, 2020)

Ruumiin käsitettä on fenomenologisesta ajatteluperinteestä käsin teoretisoinut muun muassa filosofi Maurice Merleau-Ponty. Merleau-Ponty ajatteli, että tietoisuutta ei voi erottaa ruumiista ja että ruumis on aina se, joka on subjekti suhteessa maailmaan (Barral, 1984. 77, 268–269). Jyväskylän yliopiston yhteiskuntapolitiikan lehtori ja dosentti Raija Julkunen tarkastelee Merleau-Pontyn ruumiillisuutta koskevaa ajattelua teoksessa *Kuusikymmentä ja työssä*. Käsittäessään ruumiin merkityksiä kantavaksi ja muodostavaksi subjektiksi, tarkoittaa Merleau-Ponty Julkusen mukaan myös sitä, että merkitykset voivat jäädä esimerkiksi loukkaavien ja haavoittavien tunteiden muodossa yksilön ruumiilliseen muistiin. Julkunen toteaa, että ruumiiseen kirjoittuneet tunteet saattavat olla sillä tavalla rationaalisen toimijan tavoittamattomissa, että niiden käsittely pelkästään järjellä tai tahdonalaisesti voi olla jopa mahdotonta. (Julkunen 2003, 33) Julkusen ajatusta mukaillen, mielestäni monien Oma ulkonäkö muistoissani 2015-aineiston kirjoittajienkin voi kuvaustensa perusteella nähdä kantavan loukatuksi tulemisen tunteita ja ulkonäköönsä liittyviä merkityksiä varsinaisen muistin lisäksi myös ruumiillisessa muistissaan. Ruumiifenomenologisen ajattelun lisäksi näen Julkusen ajattelussa yhteyden Päivi Naskalin ajatukseen siitä, miten tieto yksilön paikasta yhteiskunnassa ja kulttuurin narratiivisessa rakenteessa ”koodautuvat” aikaan ja paikkaan sidoksissa olevaan elettyyn ruumiiseen (Naskali 1998, 38–41).

Yksi keskeisimmistä ruumiin ominaisuuksista, johon liittyviä merkityksiä yhteiskunnan eri instituutiot aktiivisesti tuottavat ja uusintavat, on sukupuoli. Sukupuoleen liittyviä merkityksiä tuotetaan ja uusinnetaan yhteiskunnallisissa instituutioissa, sosiaalisissa suhteissa ja kulttuureissa – myös perheessä. Yksi tunnetuimmista sukupuolen teoretisoijista on filosofi Judith Butler, joka kuuluisassa teoksessaan *Hankala sukupuoli* (1990) käyttää heteroseksuaalisen matriisin käsitettä kuvaamaan sukupuolten ruumiillista vastakohtaisuutta korostavaa morfologiaa. Hänen mukaansa ruumiiden sukupuolittamisessa on kysymys niiden tekemisestä ymmärrettäviksi ja hallittaviksi. Vaikka miehen ja naisen ruumiiseen kohdistuvatkin erilaiset ihanteet, edellytetään länsimaisessa yhteiskunnassa ihanteellisina pidetyiltä ruumiilta myös joitain samoja piirteitä sukupuolesta riippumatta. Tällaisia piirteitä ovat eritoten nuoruus, hoikkuus ja urheilullisuus, jotka liitetään sekä miesten että naisten kohdalla paitsi ihanteellisen ulkonäön, myös normatiivisen seksuaalisen edellytyksiksi. Nuoruus, hoikkuus ja urheilullisuus nähdään myös viesteinä suorituskyvystä ja itsekontrollista, joita pidetään arvokkaina ominaisuuksina myös

palvelu- ja asiantuntijakeskeisessä taloudessa sekä visuaalisen median ja kulutuksen hallitsemassa kulttuurissa. Yhteiskunnassa, jossa ulkonäön pääoma-arvo on lisääntynyt, on siis kaikille sukupuolille edullista tavoitella nuorekasta ja urheilullista ulkonäköä, joskin nuoruuteen liittyvät ulkonäköpaineet onkin tutkimuksissa yhdistetty erityisesti naisiin. (Saresma & al. 2010, 232)

Sosiologi Chris Shilling on tarkastellut ruumista etenkin muutoksen näkökulmasta: hän näkee ruumiin jatkuvan liikkeen ja muokkauksen kohteena olevana projektina sekä konkreettisesti että mielikuvien tasolla. Shillingin mukaan ruumiin muokkaamisessa on kysymys yksilön henkilökohtaisesta projektista, jossa ruumis voi olla väline esimerkiksi itsepresentaatiolle tai henkilökohtaiselle voimaantumiselle. (Kyrölä & Harjunen 2007, 207). Tässä henkilökohtaisessa projektissa yksilö muodostaa, ja hänelle muodostuu, kokemuksia, näkemyksiä ja asenteita kehostaan. Kehoa koskevat kokemukset, näkemykset ja asenteet muodostavat moniulotteisen konstruktion, josta käytetään ruumiinkuvan käsitettä. (Schaefer, M. K. & Blodgett Salafia, E. H. 2014. 599–608)

2.6.1. Ruumiinkuva

Psykologisen määritelmän mukaan ruumiinkuva kehittyy pääasiassa lapsuudessa ja nuoruudessa, ja se muodostuu kokemuksellisessa yhteydessä oman ulkonäön ja kehon representaatioon. Representaatio ei välttämättä vastaa objektiivista, fyysistä todellisuutta, sillä useat biologiset, psykologiset ja sosiaaliset tekijät vaikuttavat ruumiinkuvan muodostumiseen. Kognitiivis-behavioraalista näkökulmasta tarkasteltuna ruumiinkuva on yksilön kokemus kehostaan, ja monitekijäinen konstruktio, jossa niin yksilön kognitiiviset ja emotionaaliset, kuin havainnointiin ja käyttäytymiseenkin liittyvät puolet vaikuttavat toisiinsa. Ruumiinkuvassa usein korostuvat ajatukset ja tunteet liittyen a) kehon osiin, joiden yksilö kokee olevan kauimpana ihanteellisesta, b) hoikkuuden tai lihaksikkuuden tavoitteluun, c) suunnitelmalliseen ruokavalioon ja pakonomaiseen kehon muuttamistarpeeseen, d) oman kehon vertaamiseen hoikkiin kehoihin, e) lihomisen pelkoon sekä f) muihin kehotytyttömyyden aiheuttamiin tunnetiloihin, kuten vihaan, suruun ja ahdistukseen. Mielessä muodostetun kehoa koskevan representaation pohjalta yksilö voi tuntea joko tyytyväisyyttä tai tyytymättömyyttä kehoonsa. Tyytymättömyyteen voi liittyä matala itsetunto, ahdistuneisuus, masennus, syömishäiriöiden kehittymisen riski ja jopa itsemurhariski nuorella aikuisiällä. Ihanteelliseksi koetun kehotyypin tai painon pakkomieltainen tavoittelu voi lisäksi johtaa terveydelle haitalliseen käyttäytymiseen, kuten

ravitsemuksellisesti huonoihin ruokailutottumuksiin sekä pakonomaiseen liikunnan harrastamiseen, jotka molemmat ennakoivat painonnousua pitkällä aikavälillä. (Solano-Pinto & al. 2021, 650–744)

Ruumiinkuvaa on tutkittu psykologian ja yhteiskuntatieteiden lisäksi myös kulttuuriantropologiassa, jossa se on ymmärretty ensisijaisesti yhteisölliseksi. Kulttuuriantropologisesta näkökulmasta yksilö näkee itsensä aina paitsi subjektiivisesti myös yhteisönsä silmin. Tällöin ruumiinkuvaa määrittävät subjektiivisten käsitysten lisäksi esimerkiksi kulttuuriset käsitykset oikeanlaisesta naiseudesta tai mieheydestä. (Saresma & al. 2010, 231) Se, miten ymmärrän ruumiinkuvan tämän tutkielman kontekstissa, on yhdistelmä yksilöllistä ja yhteisöllistä näkökulmaa; siinä, miten yksilö ruumiinsa ja ulkonäkönsä kokee, yhdistyvät Kyrölää ja Harjusta mukaillen yhteiskunta ja yksilö, ulkoiset ihanteet ja eletty kokemus.

Ruumiinkuvan ja kehonkuvan käsitteitä käytetään usein varsin synonyymisesti. Yhteiskuntatieteissä ruumiinkuvan käsitettä käytetään useammin verrattuna kehonkuvan käsitteeseen, vaikka kehonkuvan käsite onkin arkikielessä ja mediassa tunnetumpi. Kehonkuvan käsitettä on käytetty myös esimerkiksi tieteen popularisoinnissa, ja siitä tullut myös suosittu diskurssi aikakauslehdissä. (Blood 2005, 20) Käsitteen alkuperä on kokeellisessa psykologiassa, jossa pyrittiin selvittämään, näkevätkö ja kokevatko syömishäiriötä sairastavat henkilöt kehonsa todellisuutta vastaamattomalla tavalla suhteessa verrokkiryhmään. Tutkittavat olivat lähes poikkeuksetta naisia. Vaikka useissa tutkimuksissa kävikin ilmi, ettei oman kehon näkeminen ja kokeminen todellisesta poikkeavana ollut tyypillistä ainoastaan syömishäiriötä sairastaville, vaan myös verrokkiryhmän naisille, jätettiin tulokset syystä tai toisesta huomiotta. Kehonkuvan tutkijat patologisoivat kehonkuvaan liittyvät ongelmat toteamalla, että naisten kärsimys johtuu vääristyneistä ajatuksista ja tunteista, joista johtuen naiset eivät kykene näkemään kehojaan sellaisina kuin ne ovat. Sittemmin tutkimustuloksia on laajasti kritisoitu etenkin yhteiskuntatieteiden suunnalta. Yksi kritisoijista on Sylvia Blood, jonka mukaan koko kehonkuvan konsepti perustuu perustavanlaatuisille epistemologisille oletuksille mielen ja ruumiin sekä yksilön ja yhteiskunnan yhteydestä. Bloodin mukaan naiskeho nähtiin kyseisissä tutkimuksissa biologisena objektina, joka olisi perustavalla tavalla erillinen tuota objektia, eli omaa kehoaan, tarkastelevasta yksilöstä. Tutkimuksen virheellisenä lähtöolettamuksena hän pitää sitä, että yksilön olisi ylipäättään mahdollista tarkastella kehoaan objektiivisen virheettömästi ja paikkaansa pitävästi, ja mikäli yksilö ei tähän pystyisi, olisi se merkki kognitiivisesta havaintohäiriöstä. Bloodin mukaan tutkimuksissa jäi myös tunnistamatta yhteiskunnallisten ja sosiaalisten seikkojen kiistaton vaikutus kehonkuvaan, sillä yhteiskunta nähtiin yksinkertaisesti ulkoisena tekijänä,

jolla saattaa tai saattaa olla olematta vaikutusta yksittäisten naisten haavoittuviin mieliin. (Blood 2005, 2–7)

Mielestäni Bloodin sekä muiden yhteiskuntatieteilijöiden kritiikki kokeellisen psykologian kehonkuvan tutkimusta kohtaan voidaan ulottaa laajemminkin koskemaan länsimaisen ajattelun dualistista perintöä, jossa ruumis ja mieli nähdään toisistaan perustavalla tavalla erillisinä. Tämän ajatusmallin isänä pidetään usein ranskalaista uuden ajan filosofia René Descartesia, minkä vuoksi ruumis-mieli-dikotomiasta käytetään myös nimitystä kartesiolainen dualismi. Ajattelu on tosiasiaa kuitenkin paljon Descartesia vanhempaa. Ruumis-mieli-dikotomiassa paitsi mieli ja ruumis, myös luonto ja kulttuuri, järki ja tunteet sekä julkinen ja yksityinen nähdään ja myös pyritään pitämään keinotekoisesti erillään. Williamsin ja Bendelown mukaan sosiologian klassikot eivät aikanaan pyrkineet haastamaan ruumis-mieli-dikotomiaa, vaan tulivat pikemminkin omilla teorioillaan vahvistaneeksi sitä. (Williams & Bendelow 1998, 2–23)

Vaikka ruumis-mieli-dikotomiaa pidetäänkin tieteen kentällä hyvin laajalti vanhentuneena ajatusmallina (vaikkakin ruumiin ja mielen tarkastelu erillisinä voikin spesifin tutkimusasetelman tai teorian näkökulmasta olla toisinaan perusteltua), luon tässä yhteydessä silmäyksen muuttamaan mielestäni oleelliseen kartesiolaista dualismia kritisoiwaan näkemykseen tämän tutkielman lähtökohtia painottaakseni. Tämä tutkielma perustuu sille pohjaoletukselle, että mieli ja ruumis muodostavat erottamattoman kokonaisuuden, ja että sosiaaliset ilmiöt pohjautuvat ruumiilliselle olemassaololle, josta käytetään englannin kielessä käsiteparia 'embodied sociology'. (Williams & Bendelow 1998, 23)

Kartesiolaisen dualismin perusteella etenkin naiset on samastettu kiinteästi kehoihinsa, luontoon ja yksityiseen elämänpiiriin, johon kuuluvat muun muassa kodinhoito ja synnyttäminen. Mieli, kulttuuri ja julkinen elämänpiiri ovat sen sijaan kuuluneet miehille. (Williams & Bendelow 1998, 2) Tulkitsen tämän ajatusmallin näkyvän tutkimusaineistossani ensinnäkin tavoissa, joilla kirjoittajien ulkonäköä on pyritty ohjaamaan naiselle sopivampaan suuntaan. Toiseksi ajatusmalli näkyy siinä, että kodin piirissä ylipäättään nähdään asiaankuuluvaksi puuttua lasten ulkonäköön ja pyrkiä kontrolloimaan sitä. Kun ruumis ja mieli nähdään erillisinä, kuuluvat ruumiiseen ja naiseuteen kuuluvat asiat selkeästi kotiin. Ruumiin ulkonäköön puuttumalla pyritään puuttumaan ensi sijassa naisen elämään ja tulevaisuuteen ulkonäön ollessa osatekijä esimerkiksi naimisiinmenon kannalta. Ruumis-mieli-dikotomiassa ruumis myös niputetaan yhteen yksityisen elämänpiirin kanssa. Ruumista ja ruumiintoimintoja on pidetty yksityisinä ja piilotettavina, ja niihin liittyvät asiat on hoidettu ja käsitelty yksityisesti. Tosiasiaa ruumis ei

kuitenkaan ole pelkästään yksityinen, vaan se on myös julkinen, niin kuin identiteettikin. Ruumista voidaan kontekstisidonnaisesti tarkastella joko yksityisenä tai julkisena, mutta pohjimmiltaan se on molempia. Omalla ulkonäöllä viestitään ulkomaailmaan omasta identiteetistä, mutta ulkomaailma kauneusihanteineen myös vaikuttaa yksilön ulkonäköön ja muovaa identiteettiä.

2.6.2. Ruumiinfenomenologia ja kokemuksen tutkiminen

Tieteenfilosofiassa tarkastellaan sekä tutkittavan ilmiön luonnetta osana todellisuutta että tiedonsaannin luonnetta tutkijan ja tutkittavan kohteen suhteen kautta. Tässä alaluvussa, erittelen ruumiinfenomenologisen ajattelun piirteitä, jotka toimivat teoreettisena taustana tutkielman tutkimusaineistossa kuvattujen kokemusten ymmärtämiselle ja merkityksellistämiseksi. Ruumiinfenomenologiseen viitekehykseen yhdistän feministisessä metodologiassa käytettyjä ja määriteltyjä tapoja lähestyä kokemuksen tutkimista. Lisäksi kuvaan lähemmin kokemuksen käsitettä ja sen erityisluonnetta tutkimuskohteena.

Kokemusta on vaikea käsitteellistää. Usein sillä viitataan yksinkertaisesti henkilökohtaisiin elämäntapahtumiin, tunteisiin, arkisiin tapahtumiin ja niiden tulkintoihin. Lähemmin tarkasteltuna kokemukset ovat kuitenkin jotain paljon enemmän. Kokemuksia säätelevät tietyt materiaaliset reunaehdot ja kulttuuriset käytännöt sekä sosiaaliset suhteet eroineen ja hierarkioineen. Lisäksi erilaiset ruumiilliset ominaisuudet ja pääoman muodot vaikuttavat siihen, miten paikannumme maailmaan. Feministisessä metodologiassa on myös määritelty, että kokemukseen sisältyy aina tietoisuus sosiaalisesta olemassaolosta, ja näin ollen kokemuksia on mahdotonta tarkastella puhtaasti henkilökohtaisina. (Saresma & al. 2010, 61–63).

Käsitteellistämisen lisäksi kokemukseen on vaikea päästä käsiksi tutkimuksen kohteena. Kokemuksen tutkimisen ongelmallisuus kiteytyy muun muassa kysymykseen kokemuksen pysyvyydestä. Koska olosuhteet muuttuvat ja ihmisen paikka yhteiskunnassa ja sosiaalisissa suhteissa vaihtelee, ovat myös kokemukset jatkuvassa liikkeessä. Niin fenomenologisessa ajattelussa kuin feministisessä teoriassakin kokemusta onkin kuvattu prosessiksi, ei lopputulokseksi. Näin ajateltuna tutkijan tehtävänä on siis tulkita kokemusten syntyprosessia paikalleen ”pysäytetyn” kokemuksen sijaan. Feministikirjailija Teresa de Lauretis kuvaa tätä syntyprosessia siten, että ihminen tulee itsekseen kokemuksissa ja niiden kautta; kokemukset eivät siis ole vain jotain, mitä ihmisellä on, vaan ne syntyvät, muotoutuvat ja tulevat tulkituiksi oman itsen suhteessa toisiin ihmisiin ja ympäröivään maailmaan. (Saresma & al. 2010, 62) Pidän de Lauretiksien

kuvausta osuvana pohjana ajatukselleni siitä, miten ulkonäön kommentointiin liittyvät kokemukset ovat osa prosessia, jossa ihmisen ulkonäkösuhte syntyy kosketuksessa perhepiiriin, ympäröivään sosiaaliseen todellisuuteen ja oman ulkonäön ruumiilliseen kokemiseen.

Analyttisessä käsitteellisessä tarkastelussa kokemuksia tulee jäsentää kriittisesti ja hahmottaa niihin liittyvät laajemmat yhteydet, eikä jäädä kokemusten kuvaamisen ja referoinnin tasolle. (Saresma & al. 2010, 61–63) Tässä tutkielmassa kokemus on teoreettisen kehittelyn lähtökohta; tavoitteeni ei ole ainoastaan kuvailla naisten ulkonäön kommentointiin liittyviä kokemuksia, vaan löytää niistä yksilöä laajempia merkityksiä ja yhteyksiä yleisiin sukupuolittuneisiin ulkonäkökäsityksiin ja -normeihin. Toisin sanoen, ilmiöt eivät synny tyhjästä, vaan ne merkityksellistyvät historian valossa. Tästä huolimatta ihmisen kokemuksen voi nähdä säilyttävän kokonaisvaltaisuutensa. Kokemus on ilmaistavissa ja sillä on järjestyksensä, vaikka tämä järjestys voitaisiinkin pelkistää, kielellistää tai käsitteellistää tutkimuksen kohteeksi vain osittain. (Puusa & Juuti 2020, 303) Kokemus voidaankin nähdä ilmiönä tai olemassaolon muotona, joka on sellaisenaan läsnä elämismaailmassa, mutta joka ei avaudu käsitteellistämislle ja ymmärtämiselle suoraan (Tuomi & Sarajärvi 2018, 41–42). Kokemuksen käsitteellistämiseen ja ymmärtämiseen tarvitaan siis analyttistä otetta, mikä tämän tutkielman kontekstissa tarkoittaa fenomenologista tarkastelua.

Fenomenologia on filosofian suuntaus ja ajatteluperinne, jossa ollaan kiinnostuneita kokemuksesta, tietoisuudesta ja minuudesta. Fenomenologia sanana on johdettu kreikan sanoista *phainomenon* ja *logos*, 'ilmenevä' ja 'oppi', joten kirjaimellisesti se tarkoittaa oppia ilmenevästä. Sen perustajana pidetään filosofi Edmund Husserlia, jonka keskeinen ajatus oli, että tiedon kerääjä ei ole koskaan ulkopuolella maailmasta, josta kerää tietoa. Hän ajatteli, että kerääjä on aina intentionaalisesti suuntautunut kehollaan, aisteillaan ja pyrkimyksillään maailmaan, josta pyrkii saamaan tietoa, vaikka ei olisi tästä käsitteellisellä tasolla tietoinen. (Puusa & Juuti 2020, 298–299)

Ontologiset eli ilmiön luonnetta koskevat, ja epistemologiset eli tiedon luonnetta koskevat kysymykset kietoutuvat fenomenologiassa oleellisella tavalla yhteen. Koska tutkija jakaa tutkimuskohteensa olemuksellisen luonteen, ihmisyyden, vaikuttaa ihmisyyden kokemus myös tutkijan ymmärrykseen, havaintoihin ja kokemukseen, ja tätä kautta tiedon muodostukseen tutkimuksen kohteesta. Fenomenologiassa toisin sanoen kyseenalaistetaan ajatus siitä, että tutkijan maailmankuva ja osallisuus tutkimuskohteen kanssa jaetusta elämistodellisuudesta voitaisiin

erottaa tutkimusasetelman avulla. Tutkittavan kohteen ominaisuuksien ohella havaintoon kohteesta vaikuttavat myös tutkijan aistimaailma ja ymmärrys. (Puusa & Juuti 2020, 297–298)

Fenomenologisen tutkimuksen kohteena ovat siis inhimillisen kokemuksen merkitykset ja ihmisen suhde elämistodellisuuteensa (Tuomi & Sarajärvi 2018, 40). Tietoa tavoitellessaan tutkija pyrkii pääsemään tutkittavien ihmisten kokemusmaailmaan ja ymmärtämään tutkittavaa ilmiötä sellaisena kuin se tutkittavien henkilöiden kokemusmaailmassa ilmenee. (Puusa & Juuti 2020, 297–298) Tämä tapahtuu fenomenologisessa tutkimuksessa esimerkiksi siten, että haastattelun tai havainnoinnin avulla tutkija pyrkii ”pääsemään sisälle” tutkittavien kokemuksiin, ja kuvaamaan niitä sellaisina, kuin tutkittavat itse ne kokevat. Analyysin myötä mukaan tulee esimerkiksi kokemusten kuvausten peilaaminen laajempaan yhteiskunnalliseen kontekstiin. (Puusa & Juuti 2020, 304–305)

Fenomenologia perustuu ajatukselle havaintojen intentionaalisuudesta, mikä tarkoittaa ihmisen havaintojen ja toiminnan tarkoitushakuista suuntaamista ja merkityksellistämistä ajattelun avulla (Puusa & Juuti 2020, 298). Tätä kutsutaan myös fenomenologiseksi merkitysteoriaksi, jossa ihmisen suhde todellisuuteen nähdään merkityksillä ladatuksi ja ihmisyksilö perusteiltaan yhteisölliseksi; todellisuuteen liitetyt merkitykset eivät ole ihmisissä synnynnäisesti, vaan ne opitaan kasvun ja kasvatuksen kautta yhteisöltä. Ne ovat myös luonteeltaan intersubjektiivisia eli subjekteja yhdistäviä. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 40) Fenomenologisessa ajattelussa siis oletetaan, että tietäminen kehittyy vuorovaikutteisessa suhteessa ulkomaailmaan, ja että tieto ja ymmärrys koostuvat tässä vuorovaikutuksessa kokemukseksi. Fenomenologisen totuuden voidaan siis sanoa piilevän siinä, miten ihminen jonkin ilmiön kokee, usein hyvin kehollisesti aistituntemusten kautta, jossain tietyssä ajassa ja paikassa. (Puusa & Juuti 2020, 302)

Pidän fenomenologista tutkimusotetta hyödyllisenä työkaluna tutkijalle, joka on ihmisyytensä kautta osa tutkimaansa ilmiötä. Koska yksi fenomenologian lähtökohdista on, että mekanistinen todellisuuskuvamme on yksi omista tulkinnoistamme muiden mahdollisten joukossa, voidaan kyseisen viitekehyksen sisällä tuotettua tietoa pitää luotettavana vain viitekehyksen sisäisten oletusten rajoissa. Todellisessa, viitekehyksen ulkopuolisessa maailmassa, kaikki koko ajan muuttuu ja muovautuu, joten tulkinnalliset viitekehykset ovat aina jossain määrin puutteellisia. (Puusa & Juuti 2020, 301) Viitekehysten puutteellisuuden ymmärtäminen on kuitenkin mielestäni oleellinen osa tieteellisen tiedonhankinnan ja hankitun tiedon analysoinnin prosessia.

Ymmärtämisestä käytetään fenomenologian perinteessä hermeneutiikan käsitettä, ja se tulee mukaan kuvaan tieteellisen tulkinnan tarpeen myötä. Ymmärtäminen rakentuu jo aiemmin

ymmärretyn pohjalle, joten uuden ymmärtämistä eli uusia tulkintoja edeltää aina esiymmärrys. Hermeneuttisessa ymmärtämisessä on yksinkertaisimmillaan kysymys tutkittaviin ilmiöihin sisältyvien merkitysten oivaltamisesta ja jo tunnetun tiedetyksi tekemisestä. Toisin sanoen fenomenologishermeneuttisessa tarkastelussa pyritään kokemuksen merkityksen käsitteellistämiseen. Jo tunnettu saattaa olla esimerkiksi jotain, mitä pidetään itsestään selvänä tai mihin on niin totuttu, ettei sitä enää huomata. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 40–41) Esimerkiksi se, että lapsuuden ikävät kokemukset jäävät vaivaamaan mieltä ja voivat vaikuttaa elämään aikuisenakin, on luultavasti varsin itsestään selvänä totuutena pidetty ajatus. On kuitenkin eri asia käsitteellistää tuo kokemus, oivaltaa siihen sisältyvät merkitykset ja tehdä jo tunnettu tiedetyksi eli tuoda kokemus tieteellisen tiedon piiriin.

Kokemuksen tutkimisessa on omat haasteensa. Tieteen tekemisen näkökulmasta on ongelmallista, jos yksilöllinen kokemus asetetaan selittämisen kyseenalaistamattomaksi lähtökohdaksi ja kiistämättömäksi todisteeksi. Tällainen yksilöllisen kokemuksen asemoiminen yhdenmuukaistaa tapojamme havainnoida ja kuvata maailmaa ja sulkee pois toisenlaisia kokemuksia, minkä seurauksena jotkin kokemukset tulevat pahimmassa tapauksessa hiljennetyiksi ja kiellettyiksi. Feministisessä tutkimuksessa ja teoriassa keskeisiä ja kiisteltyjä kysymyksiä liittyen kokemuksen tutkimiseen ovatkin olleet kysymykset poliittisista tarkoituksista, joilla on pyritty tuomaan tiettyjen ryhmien kokemuksia esille kokemusten monimuotoisuuden kustannuksella, sekä kysymykset kokemusten oletetusta aitoudesta ja alkuperäisyydestä. Jos kokemusten synnyolosuhteita ei hahmoteta, saattavat yksittäisten kokemusten taustalla olevat kulttuuriset ja sosiaaliset vaikutukset peittyä näkyvistä. Etenkin kokemusten taustalla olevien vallan mekanismien tunnistaminen on feministisen tutkimuksen päätavoitteita. (Saresma & al. 2010, 59–61) Pidän vallan mekanismien tunnistamista tärkeänä myös tämän tutkielman tutkimusaineiston kontekstissa: yhden kirjoittajan kokemus lähisuhteessa koetusta vallankäytöstä jäisi yksittäistapaukseksi ilman ulkopuolista tarkastelua ja kokemuksen käsitteellistämistä, jonka kautta yhden kirjoittajan kokema vallankäyttö alkaa hahmottua analyysin myötä monien kokemaksi, lähisuhteisiin paikantuvaksi vallankäytön mekanismiksi.

3 TUTKIMUSMENETELMÄ JA TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN

Tässä tutkielmassa pyrin vastaamaan seuraaviin tutkimuskysymyksiin Oma ulkonäkö muistoissani 2015-aineiston pohjalta aineistolähtöistä sisällönanalyysia analyysimenetelmänä käyttäen:

- 1) Millaisia ulkonäköön puuttumisen ja suhtautumisen tapoja kirjoittajat muistavat lapsuuden ja nuoruuden lähisuhteissa kokeneensa?
- 2) Millainen kirjoittajien suhde omaan ulkonäköön ja yleisesti ulkonäköasioihin on aikuisuudessa?
- 3) Miten sukupuoleen liittyvät roolit, normit ja merkitykset näkyvät kirjoittajien ulkonäkömuistoissa?

Pyrin tutkimuskysymyksiin vastaamalla selvittämään, miten lapsuudessa ja nuoruudessa koettu ulkonäön kommentointi ja ulkonäköön puuttuminen sekä lähisuhteissa vaikuttaneet suhtautumistavat ulkonäköasioihin näkyvät ihmisen suhteessa omaan ulkonäköön ja ulkonäköasioihin aikuisuudessa. Lisäksi pyrin selvittämään, miten sukupuoleen liitetyt normit, roolit ja merkitykset näkyvät ulkonäkösuhteen kehityksessä. Ensimmäinen ja toinen tutkimuskysymys liittyvät oleellisesti toisiinsa, sillä koko analyysin keskeinen kiinnostuksen kohde on, miten ensimmäisellä kysymyksellä kartoitettavat ulkonäkömuistot näkyvät toisella kysymyksellä kartoitettavista käsityksistä ulkonäkösuhteesta aikuisuudessa.

Seuraavaksi kuvailen tutkimuksessa käyttämäni aineistoa, Oma ulkonäkö muistoissani 2015. Tämän jälkeen esittelen käyttämäni analyysimenetelmän, perustelen, miksi valitsin juuri sen, ja kuvailen analyysiprosessin etenemisen. Lopuksi kuvaan feminististä tiedonintressiä.

3.1. Aineistona muistelukirjoitukset

Oma ulkonäkö muistoissani 2015 (Body Image and Childhood Memories 2015) on Suomalaisen Kirjallisuuden Seuran (SKS) Marjo Kamilan keräämä aineisto. Aineisto koostuu kokonaisuudessaan 71 kirjoituksesta ja sitä säilytetään Tampereen yliopiston sähköisessä Tietoarkistossa. Löysin aineiston palveluportaali Ailan kautta etsiessäni laadullista aineistoa, joka liittyisi ruumiinkuvan tai ulkonäön teemoihin. Oma ulkonäkö muistoissani 2015 valikoitui tämän tutkielman tutkimusaineistoksi, koska se oli sillä hetkellä ainoa löytämäni aineisto, jossa kyseisiä teemoja käsiteltiin. Myöhemmin tutkielman tekoprosessin aikana vastaani tuli muitakin

aineistoja, jotka olisivat olleet tutkimuskysymyksiini sopivia tai muuten tämän tutkielman näkökulmasta tarkoituksenmukaisia. Pitäydyin kuitenkin valinnassani, koska olin edennyt teoriaan tutustumisen ja aineiston analyysin osalta jo niin pitkälle.

Vastausohjeissa (kts. Liite 1) kirjoittajia on pyydetty kertomaan, miten he kokevat lähisukulaisiinsa kuuluvien ihmisten vaikuttaneen käsityksiinsä omasta ulkonäöstään. Kirjoittajia kehoitetaan muistelemaan, millä tavalla heidän ulkonäkönsä suhtauduttiin lapsuudessa ja nuoruudessa, miten suhtautuinen ilmeni ja miten se heihin silloin vaikutti. Lisäksi ohjeissa pyydetään kuvailemaan esimerkein, millä tavalla kirjoittajat kokevat lapsuudessa ja nuoruudessa saatujen kommenttien vaikuttaneen ulkonäkönsä kokemiseen myöhemmällä iällä tai nykykäsityksiin omasta ulkonäöstään.

Aineiston 71 muistelukirjoituksesta 67 on naisten kirjoittamia. Koska tarkastelen tässä tutkielmassa pelkästään naiskokemusta, rajasin miesten muistelukirjoitukset pois tutkimusaineistosta, jolloin aineiston koko jäi naisten kirjoittamiin 67 muistelukirjoitukseen. Sukupuolen lisäksi kirjoittajilta on pyydetty taustatiedoiksi ikää, asuinmaakuntaa ja ammattia. Kaikki kirjoittajat eivät ole näitä tietoja ilmoittaneet. Kirjoittajien iät sijoittuvat ikävuosien 18–78 välille, joten kirjoituksia on 1940-luvulla syntyneistä 2010-luvulla syntyneisiin asti. Maantieteellisesti kirjoittajat sijoittuvat eri puolille Suomea, joskin suurin osa kirjoittajista on Etelä-Suomesta. Myös erilaiset ammatit ovat laaja-alaisesti edustettuina; kirjoittajista löytyy niin opettajia, tutkijoita, terveydenhoitoalalla työskenteleviä, toimittajia, suunnittelijoita kuin kulttuurialan työntekijöitäkin. Osa kirjoittajista on ilmoittanut ammatikseen ’opiskelijan’ tai ’eläkeläisen’. Koska kirjoittajat ovat saaneet itse päättää, mitä tietoja ilmoittavat ja mitä jättävät ilmoittamatta, tiedetään joistakin kirjoittajista esimerkiksi vain ikä ja ammatti, toisista asuinpaikkakunta ja ammatti, ja toisista taas ikä ja asuinpaikkakunta. Sukupuolta lukuun ottamatta näillä taustatiedoilla ei ole tämän tutkielman analyysin kannalta merkitystä, vaikka tiedostankin, etteivät ikä, asuinpaikka ja ammatti ole merkityksettömiä seikkoja tutkielmani aiheen näkökulmasta, ja niihin perehtyminen olisi ehdottomasti perusteellisen jatkotutkimuksen arvoista.

Kirjoitusten pituus ja tyyli vaihtelevat paljon. Osa kirjoituksista on hyvin lyhyitä, sähköpostiviestin mittaisia, osa taas yli kymmenen sivuakin pitkiä. Joukosta löytyy myös muutama käsin kirjoitettu kirjoitus. Koska vastausohjeissa (kts. Liite 1) on kehoitettu kirjoittamaan omalla kielellä ja tyylillä, on kirjoituksissa tyylillisesti niin ikään suurta vaihtelua: jotkin ovat polveilevia ja tajunnanvirtamaisia kuvauksia, jotkin taas kirjallisessa mielessä huolellisesti rakennettuja esimerkiksi selkeine aikajanoineen lapsuudesta nuoruuden kautta aikuisuuteen. Osa

kirjoittajista on vastannut tarkasti kaikkiin kirjoitusohjeissa pyydettyihin seikkoihin, osa vain joihinkin niistä.

Vastausohjeissa kirjoittajia on pyydetty ilmoittamaan, mikäli he antavat suostumuksensa kirjoituksensa arkistointiin omalla nimellään Suomalaisen Kirjallisuuden Seuran (SKS) arkistoon tai nimettömänä Yhteiskunnalliseen tietoaarkistoon. Tietoaarkistoon arkistoitu 71 kirjoituksesta koostuva Oma ulkonäkö muistoissani 2015-tutkimusaineisto sisältää siis vain ne muistelukirjoitukset, joiden kirjoittajat ovat antaneet luvan arkistoida kirjoituksensa nimettömänä Tietoaarkistoon. SKS:n arkistossa säilytettävän aineiston koko on suurempi, yhteensä 105 kirjoitusta. Kaikki henkilöllisyyteen viittaavat tiedot on poistettu tiedoista ennen aineiston luovuttamista Tietoaarkistoon, joten käytössäni oleva tutkimusaineisto on huolellisesti anonymisoitu. Aineistoa on käytetty aiemmin tutkimusaineistona kasvatustieteen maisterintutkielmassa Turun yliopistossa 2021. Sitä on myös käytetty lähteenä Antti Malisen ja Tuomo Tammisen teoksessa *Leikitäänkö: lasten kaverisuhteet 1900-luvun Suomessa* (2022).

Kun muistelukirjoituksia käytetään tutkimusaineistona, on kiinnitettävä huomiota tiettyihin erityispiirteisiin ja seikkoihin. Muistelukirjoitukset ovat yksityisiä dokumentteja ja eroavat oleellisesti julkisista tekstituotteista. Useimmiten muistelukirjoituksia analysoidaan diskurssianalyysin tai sisällönanalyysin keinoin, kuten tässäkin tutkielmassa. Kun tutkimuksen tiedonkeruumuotona pyydetään tiedonantajilta muistelukirjoituksia, oletetaan, että tiedonantajat ovat kykeneviä ilmaisemaan itseään kirjallisesti ja että he ovat niin sanotusti 'parhaimmillaan' kertoessaan kokemuksistaan kirjallisessa muodossa. Kirjoittajien kirjallisilla kyvyillä ja iällä on tällöin paljon merkitystä tutkimuksen kannalta. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 96–97) Kirjoittajien väliset erot kirjallisissa kyvyissä samoin kuin itsereflektiotaidoissa näkyvät myös Oma ulkonäkö muistoissani 2015-tutkimusaineistossa. Ulkonäköön liittyvät lapsuus- ja nuoruusmuistot ovat henkilökohtaisia, mahdollisesti epämiellyttäviäkin tunteita herättäviä muistoja. Tämän tutkielman kysymyksenasettelun näkökulmasta on tarkoituksenmukaista, että tiedonantajat ovat voineet rauhassa pukea muistonsa ja muistoihin liittyvät tunteensa sanoiksi, ilman haastattelu-tilanteeseen liittyviä rajoitteita.

Muistitiedolle perustuvaa tutkimusta nimitetään yksinkertaisesti muistitietotutkimukseksi. Siinä muistitiedoksi määritellään sellainen tieto, joka pohjautuu tiedonantajan muistiin kirjallisten lähteiden sijaan. Muistitieto katsotaan luotettavaksi, kun tiedonantaja saa itse kertoa kokemastaan. Toisena luotettavuuden edellytyksenä on, että tutkimuksen kohteena olevasta asiasta on mahdollista saada samansuuntaista muistitietoa yhtä henkilöä useammalta

tiedonantajalta. Muistaminen on sekä yksilöllistä että sosiaalista, sillä muistamisessa on kyse paitsi siitä, mitä muistaa, myös miten muistamansa tulkitsee, ja tulkitsemisessa tulee aina kysymykseen vuoropuhelu henkilökohtaisten arvojen ja ympäröivän maailman välillä muistelun hetkellä. Erityisen tärkeää muistamisessa on kyky erottaa ja valikoida, minkä kokemusten muistaminen on tärkeää ja eteenpäin kertomisen arvoista, ja mikä voidaan unohtaa. Italialaisen muistitiedon ja kirjallisuudentutkija Alessandro Portellin mukaan se, mitä ihmiset uskovat tapahtuneen, voidaan ajatella samalla tavalla historialliseksi faktaksi kuin sekin, mitä on oikeasti tapahtunut; tiedonantajan esiin nostamat kokemukset ja tapahtumat tulkintoineen ovat arvokkaita siksi, että niiden muistamisen takana on valikoivan muistamisen ja unohtamisen prosessi, jossa juuri tietyt asiat tulevat jostain erityisestä syystä muistetuiksi, ja toiset unohdetuiksi. (Fingerroos & al. 2006. 8–9)

Koska muistitieto on luonteeltaan konstruktivistista, on sitä toisinaan pidetty yksipuolisena, jopa käyttökelvottomana tutkimuksen lähteenä. Muistitieto tulisi kuitenkin nähdä luonteeltaan erityisenä tietona, joka kertoo menneisyydessä todella tapahtuneiden asioiden sijaan ennemminkin tapahtumien merkityksestä muisteluhetkessä. Muistitietotutkijaa kiinnostavat moniääniset tulkinnat menneisyyden tapahtumista, ja samalla hän tarkastelee myös omaa aikaansa ja kysyy: miksi näitä tarinoita kerrotaan? Portellin mukaan menneisyyden tutkimisessa on faktoja enemmän kyse subjektiivisuudesta ja siitä, mihin ihmiset muistoissaan uskovat. (Fingerroos & al. 2006. 32–34) Lopulta tutkijan tehtävänä on purkaa hankkimansa muistitieto ja luoda siitä konstruktio. Tavoitteena on saada tutkittavien menneisyyden tulkinnoista ote, ja muodostaa niiden pohjalta mahdolliset ja uskottavat tieteelliset tutkimustulokset. Koska todellisuus muodostuu sellaiseksi, kuin muistitutkija sen luo, on tutkijalla eettinen velvoite sekä oman aikansa yhteiskuntaa ja tiedonantajiaan, että tutkittavia menneisyyden ihmisiä kohtaan. (Fingerroos & al. 2006. 42)

Muistelukirjoitusten käyttöön tutkimusaineistona on mahdollista soveltaa jossain määrin samoja tutkimuksellisia periaatteita kuin kertomusten ja omaelämäkertojen käyttöön. Turun yliopiston folkloristiikan dosentin Satu Apon mukaan kertomuksissa kuvataan inhimillistä toimintaa taustan määrittelyn (setting), tapahtuman tai tapahtumasarjan ja sen tuloksen (complication, resolution), sekä tapahtumien arvioinnin (evaluation) kategorioiden kautta (Mäkelä 1990, 63). Samansuuntaisesti ajattelevat myös William Labov ja Joshua Waletzky, joiden mukaan kertomuksessa on olennaisilta osin kysymys elämän arvioimisesta tapahtumien selostamisen lisäksi. Kategorioiden sijaan he puhuvat kertomuksen funktioista; heidän tarkastelussaan kertomuksella on tapahtumia selostavan eli referentiaalisen funktion lisäksi kerrotun merkitystä arvioiva,

evaluatiivinen funktio. He tähdentävät, että ollakseen 'täydellinen', kertomuksen on suhteutettava itsensä nykyhetkeen ja sieltä käsin tapahtumia tarkastelevan, arvioivan kertojan merkityksenantoon. (Mäkelä 1990, 83–84) Mielestäni Satu Apon määrittelemät inhimillisen toiminnan kuvaamisen kategoriat sekä Labovin ja Waletzky'n kertomuksen funktiot sopivat myös tapaan, jolla useimmissa Oma ulkonäkö muistoissani 2015-aineiston kirjoituksissa kirjoittajat tarkastelevat ja arvioivat omia ulkonäkömuistojaan.

Omaelämäkertoja voidaan nimittää myös elämänilmaisuuksi, elämäntarinoiksi tai elämänkuvauksiksi. Vaikka Oma ulkonäkö muistoissani 2015-aineiston kaikki muistelukirjoitukset eivät täytäkään omaelämäkerran kirjallisia kriteerejä, näen niillä kuitenkin yhteisiä piirteitä. Mielestäni myös muistelukirjoituksia voidaan omaelämäkertojen tavoin tarkastella konstruktioina, jotka ovat paitsi yksilö- ja tilannesidonnaisia, myös vahvasti kulttuurisidonnaisia. Yksilösidonnaisia kirjoitukset ovat siten, että kirjoittajat muokkaavat ne sopimaan kulloiseenkin elämäntilanteeseensa tavalla, jossa kertomus ikään kuin tapahtuu kertojalleen. Muistelukirjoituksille on kuitenkin ominaista myös se, että eletystä elämästä kerrotaan tietyille kulttuurille sopivilla tavoilla ja että kirjoitetun pohjalta muodostuvat kuvat ovat tietyn yhteiskunnan kuvia. Klaus Mäkelän mukaan juuri sillä tavalla yhteiskunnan voidaan nähdä olevan kertomuksessa: kertomus ei ole suoraan oikean elämän heijastus, vaan se pikemminkin heijastaa vallitsevia teorioita 'mahdollisista elämisistä'. (Mäkelä 1990, 82)

3.2. Aineistolähtöinen sisällönanalyysi

Tämä tutkielma asettuu niin tieteenfilosofisilta traditioiltaan, metodologisilta lähtökohdiltaan kuin aineiston käyttötavaltaan ja analyysimenetelmältään osaksi laadullisen tutkimuksen perinnettä. Laadullinen tutkimus ei ole yhtenäinen kokonaisuus, vaan sisältää monia suuntauksia, metodologisen ajattelun koulukuntia, tutkimuksellisia lähestymistapoja ja analyysimenetelmiä. Laadullista tutkimusta lähestytään eri tavoin myös tieteenalasta riippuen; esimerkiksi sosiologiassa, psykologiassa ja antropologiassa on tieteenaloina omat laadullisen tutkimuksen traditiionsa. Yhtenä laadullisen tutkimuskentän moninaisuutta yhdistävänä ydinkäsityksenä voitaneen pitää sitä, että laadullisen tutkimuksen kohteet, sosiaaliset ilmiöt, ovat luonteeltaan merkityksiä kantavia. Laadullisessa tutkimuksessa tämä tutkittavien ilmiöiden merkityksiä kantava luonne otetaan huomioon, kun pyritään kuvaamaan, tulkitsemaan ja selittämään esimerkiksi kommunikaatiota, kulttuuria tai sosiaalista toimintaa. (Hirsjärvi & al. 1997, 158–159)

Laadullista tutkimusta voidaan luonnehtia ymmärtävänä tutkimuksena erotuksena selittävästä tutkimuksesta. Ymmärtämällä pyritään pääsemään käsiksi tutkittavaan ilmiöön liittyviin merkityksiin, mikä tapahtuu esimerkiksi tutkimuskohteina olevien ihmisten ajatuksiin, tunteisiin tai motiiveihin eläytymisen kautta. Ymmärtämisen takana on aikomus, intentio, ymmärtää johonkin seikkaan tai ilmiöön, esimerkiksi pukeutumiseen, liittyvä mielekkyys. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 33–34): Laadullisessa tutkimuksessa ei myöskään tavoitella tilastollisia yleistyksiä, vaan sen sijaan ilmiöitä, toimintaa tai tapahtumia pyritään kuvaamaan tai ymmärtämään tai antamaan ilmiölle, toiminnalle tai tapahtumille teoreettisesti mielekäs tulkinta (Tuomi & Sarajärvi 2018, 98).

Lyhyesti ilmaistuna laadullinen aineiston käsittely perustuu loogiseen päättelyyn ja aineiston tulkintaan, jossa aineisto ensin pilkotaan, käsitteellistetään ja lopulta kootaan uudestaan loogiseksi kokonaisuudeksi. Laadullista aineistoa analysoitaessa analyysia tehdään tutkimusprosessin kaikissa vaiheissa. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 122)

Valitsin tämän tutkielman analyysimenetelmäksi aineistolähtöisen sisällönanalyysin. Kyseinen analyysimenetelmä valikoitui sekä tutkimusaineiston että tutkimuskysymysten perusteella. Sisällönanalyysiä kuvaa aineiston tarkastelu yhtäläisyyksiä ja eroavuuksia etsimällä, yhdistämällä ja tiivistämällä. Prosessissa edetään tulkinnan ja päättelyn kautta empiirisestä aineistosta kohti teoreettista ja käsitteellistä näkemystä tutkittavasta ilmiöstä (Tuomi & Sarajärvi 2018, 127). Sisällönanalyysissä on kysymys tekstianalyysista, jossa tarkastelun kohteena on tekstimuotoinen tai tekstimuotoon muutettu aineisto. Analyysin tavoitteena on muodostaa tutkittavasta ilmiöstä tiivis kuvaus, joka yhdistää tutkimuksen tulokset aiempiin aihetta koskeviin tutkimustuloksiin sekä laajempaan sosiaalisyhteiskunnalliseen viitekehykseen. (Tuomi & Sarajärvi 2002, 105.)

Aineistolähtöisyys valikoitui sisällönanalyysin lähtökohdaksi pääasiassa tutkimuskysymysten perusteella. Nimensä mukaisesti aineistolähtöisen tutkimuksen pääpaino on aineistossa ja teoria rakennetaan sen pohjalta. Tällöin esimerkiksi analyysiyksikköjä ei määrätä ennalta, vaan analyysi etenee aineisto edellä, induktiivisen päättelyn kautta yksittäisistä havainnoista yleisempiin. (Eskola & Suoranta 1998, 83.) Koska aineistosta tehtyjen havaintojen kuvaaminen ilman minkäänlaisia ennakkokäsityksiä tutkittavasta ilmiöstä on käytännössä mahdotonta, ei absoluuttisen aineistolähtöistä tutkimusta voida toteuttaa. Voisikin sanoa, että kaikki tutkijan tekemät havainnot ovat jossain määrin teoriapitoisia. Esimerkiksi teoreettiset käsitteet ja

tutkimusmenetelmät ovat tutkijan tietyn perustein valittavia, ja vaikuttavat niin lähtöajatuksiin kuin tuloksiinkin. (Tuomi & Sarajärvi 2002, 98.)

Aineistolähtöinen ja teoriaohjaava analyysi ovat melko lähellä toisiaan. Myös teoriaohjaavassa analyysissä analyysiyksiköt valitaan aineistosta eikä analyysi pohjautu suoraan teoriaan. Erona on kuitenkin se, että teoriaohjaavassa analyysissä tutkijan ajattelussa on selkeää vuorottelua aineistolähtöisyyden ja valmiiden mallien välillä, jolloin analyysissä on selkeästi tunnistettavissa aiemman tiedon vaikutus. Samassa tutkimuksessa on mahdollista käyttää sekä aineistolähtöistä että teoriaohjaavaa otetta; esimerkiksi analyysin alkuvaiheessa tutkija voi käyttää aineistolähtöisempää otetta ja siirtyä myöhemmin teoriaohjaavampaan suuntaan esimerkiksi teoriaosassa määritelyjen jaotteluiden kautta. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 109–113) Tämän tutkielman kysymyksenasettelu ohjaamana päädyin kuitenkin valitsemaan aineistolähtöisen sisällysanalyysin, koska koin tutkimusaineiston sellaiseksi, josta saisin parhaiten vastauksia kysymyksiini aineistolähtöisellä lähestymistavalla.

Aloitin tutkimusaineistoon tutustumisen tulostamalla koko aineiston paperille ja lukemalla kaikki muistelukirjoitukset pariin kertaan läpi. Tässä vaiheessa en tehnyt vielä muistiinpanoja tai alleviivauksia, vaan halusin antaa huomioni kohdistua vapaasti eri asioihin lukukerran mukaan. Luettuani aineiston pariin kertaan tällä tavalla, aloin tehdä lukiessani muistiinpanoja samankaltaisuuksista, eroavuuksista ja muista toistuvista teemoista. Muistiinpanoihin kirjasin myös ensimmäisiä huomioitani siitä, miten tutkimuskysymyksen linkittyivät toisiinsa aineistosta löytämiäni teemojen kautta.

Koska olin tulostanut koko aineiston paperille, siirryin seuraavaksi aineiston alleviivaamiseen eli koodaukseen. Merkitsin eri tutkimuskysymyksiin liittyvät teemat aineistoon eri väreillä ja yliviivasin kohdat, joita en pitänyt analyysin kannalta oleellisina. Alleviivaamisen ja yliviivaamisen myötä kuva kirjoitusten välisistä samankaltaisuuksista ja eroavaisuuksista sekä yleisistä teemoista alkoi vahvistua ja samalla ylimääräinen tekstiaines karsiutua pois. Samaan aikaan alleviivaamisen kanssa aloin kerätä alleviivattuja tekstiosioita Excel-taulukkoon. Listasin taulukkoon allekkain kaikki aineiston 67 kirjoittajaa taustatietoineen (syntymävuosi, asuinmaakunta ja ammatti) ja tein omat sarakkeet kaikille kolmelle tutkimuskysymykselle. Samalla kun jatkoin aineiston koodaamista, aloin merkitä alleviivaamiani tekstiosioita omiin sarakkeisiinsa Excel-taulukkoon. Tätä aukikirjoittamisen, karsimisen ja alkuperäisilmausten allekkain listauksen prosessia Tuomi ja Sarajärvi kutsuvat aineiston redusoinniksi eli pelkistämiseksi. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 122)

Seuraavaksi siirryin analyysin vaiheeseen, jota Tuomi ja Sarajärvi kutsuvat aineiston klusteroinniksi eli ryhmittelyksi. Tässä vaiheessa jätin paperille tulostetun aineiston lukemisen vähemmälle ja jatkoin aineiston tarkastelua lähes yksinomaan muodostamani Excel-taulukon pohjalta. Siirryin koodaamaan taulukkoon siirtämiäni tekstiosioita eli merkitsemään eri väreillä niissä näkyviä samankaltaisuuksia, eroavaisuuksia ja toistuvia aiheita. Koodaamisen myötä alkoivat toistuvat teemat hahmottua selkeästi, minkä myötä aloin muodostaa alustavia ryhmitteilyjä eli luokkia erilliseen tekstitiedostoon. Tässä vaiheessa analyysiä etenin vähitellen kolmannen vaiheeseen Tuomen ja Sarajärven määrittelemässä kolmivaiheisessa analyysiprosessissa, mikä oli abstrahointi eli teoreettisten käsitteiden muodostus. Koska aloitin teoreettisten käsitteiden muodostamisen vähitellen analyysin edetessä, on mahdotonta tarkasti määrittellä, missä vaiheessa klusterointi olisi päättynyt ja abstrahointi alkanut, vaan klusteroinnin ja abstrahoinnin vaiheet jatkuivat päällekkäin analyysiprosessin loppuun asti. Yhdistelin klusterointivaiheessa muodostamiani luokkia niin pitkälle kuin mahdollista, kunnes päädyin lopullisiin luokkiin ja muodostin niistä teoreettiset käsitteensä. Välillä palasin takaisin klusteroinnin kautta muodostamiini luokkiin, mikäli muodostamani teoreettinen käsite ei vaikuttanutkaan toimivalta, ja koekelin yhdistää luokkia toisiinsa eri tavalla jälleen uusia teoreettisia käsitteitä muodostaen. Tällä tavalla liikuin edestakaisin kahden vaiheen välillä, kunnes olin tyytyväinen lopullisiin käsitteisiin. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 122)

3.3. Feministinen tiedonintressi

Kuten jo johdantoluvussa mainitsin, ohjaa ajatteluani tämän tutkielman taustalla feministinen tiedonintressi. Tiedonintressin käsite on peräisin Frankfurtin koulukunnan edustajalta Jürgen Habermasilta, joka ajatteli, että inhimillistä toimintaa motivoivat monet tarpeet ja intressit, jotka puolestaan näkyvät toiminnan kautta syntyvässä tiedossa. Intressit taas muotoutuvat sosiokulttuurisen elämänmuodon uusintamisen ja sosiokulttuuristen tarpeiden tyydyttämisen välineiden kautta (Tuomi & Sarajärvi 2018, 44–48). Tällä tavalla on muotoutunut myös feministinen tiedonintressi, jossa tutkimuksen tekoon ja metodologiaan suhtaudutaan rakenteiden purkamisen ja muutokseen tähtäämisen välineinä (Tuomi & Sarajärvi 2018, 17). Feministisessä tiedonintressissä havaintomaailmaan suhtaudutaan kriittisen teorian mukaisesti ihmisen aktiivisuuden tuotteena: asioiden muuttaminen on lähtökohta, josta käsin ihminen luokittelee ja teoretisoi havaitsemaansa. Tästä näkökulmasta edes havaitseminen ei ole mahdollista ilman, että taustalla vaikuttaa todellisuuden muuttamiseen suuntautuva intressi, mistä taas seuraa ajatus,

ettei muutoksen kautta voida ainoastaan hankkia tietoa, vaan muutos on tiedon ehto. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 43)

Feministisen tutkimuksen peruseriaatteisiin kuuluu, että sosiaalinen olemassaolo sisältyy jokaiseen kokemukseen eivätkä kokemukset siten ole koskaan pelkästään henkilökohtaisia. Kokemusten kulttuurista ja sosiaalista rakentumista voidaan tarkastella esimerkiksi kokemusten välisten suhteiden ja syntyolojen hahmottamisen kautta, jolloin voidaan myös lisätä ymmärrystä niiden sisällä toimivista valtamekanismeista. (Saresma & al. 2010, 61–63).

Edellä mainitut periaatteet toimivat ajatteluni työkaluina tarkastellessani tutkimusaineiston kirjoittajien omiin kokemuksiin perustuvaa muistitietoa.

4 TUTKIMUKSEN ANALYYSI JA TULOKSET

Tässä luvussa vastaan tutkimuskysymyksiin Oma ulkonäkö muistoissani 2015- aineiston pohjalta. Luvussa 4.1. käsittelen ensimmäistä tutkimuskysymystä eli tarkastelen sitä, millaisia ulkonäköön puuttumisen ja suhtautumisen tapoja tutkimusaineiston kirjoittajat muistavat lapsuutensa ja nuoruutensa lähisuhteissa kokeneensa. Luvussa 4.2. vastaan toiseen tutkimuskysymykseen eli siihen, millaiseksi aineiston vastaajat kokevat ulkonäkösuhteensa aikuisuudessa. Peilaan toisen tutkimuskysymyksen pohjalta muodostamiani luokkia kirjoittajien lapsuuden ja nuoruuden ulkonäköön liittyviin kokemuksiin, sillä tutkimusaineiston perusteella kirjoittajien ulkonäkösuhte aikuisuudessa kiinnittyy selvästi lapsuuden ja nuoruuden lähisuhteissa koettuihin ulkonäköön puuttumisen ja suhtautumisen tapoihin. Kolmanteen tutkimuskysymykseen eli siihen, miten sukupuoleen liittyvät roolit, normit ja merkitykset näkyvät vastaajien ulkonäkömuistoissa, vastaan kahden ensimmäisen tutkimuskysymyksen kautta. Valitsin kyseisen lähestymistavan, koska sukupuoliroolit ja -normit sekä sukupuolittuneet kauneusihanteet näkyvät muistelukirjoituksissa selvästi niin lapsuuden ja nuoruuden ulkonäkömuistojen kuvauksissa kuin aikuisuuden ulkonäkösuhteen reflektioissakin. Sukupuoleen liittyvät roolit, normit ja merkitykset näkyvät tutkimusaineistossa etenkin a) kauneuden ideaalien, b) muottiin sopimattomuuden, c) miehisen katseen ja d) naiseksi kasvamisen teemojen kautta. Vastaan siis kolmanteen tutkimuskysymykseen tarkastelemalla ulkonäköön puuttumisen ja suhtautumisen tapoja sekä aikuisuuden ulkonäkösuhteen keskeisiä piirteitä suhteessa edellä mainittuihin sukupuoliroolien ja -normien sekä sukupuoleen liitettyjen merkitysten teemoihin.

4.1. Ulkonäköön puuttumisen ja suhtautumisen tavat lapsuuden ja nuoruuden lähisuhteissa

Vastaajien lapsuuden ja nuoruuden ulkonäkömuistot liittyen ulkonäköön puuttumisen ja suhtautumisen tapoihin voidaan ensimmäisen tutkimuskysymyksen pohjalta jaotella viiteen ryhmään: 1) ulkonäköarvostelmiin 2) ulkonäön vertailuun, 3) ulkonäön ohjailuun ja kontrollointiin, 4) ulkonäköasioille kriittiseen suhtautumistapaan sekä 5) ulkonäköasioille myönteiseen suhtautumistapaan.

Ulkonäköön puuttumisella viitataan tämän tutkielman kontekstissa sellaisiin tekoihin ja viestintään, joilla kommentoija pyrkii suoraan tai epäsuorasti, tiedostaen tai tiedostamatta, joko vaikuttamaan kommentoitavan ulkonäköön tai saattamaan omat näkemyksensä kommentoitavan

ulkonäöstä tämän tietoon. Ulkonäköön puuttumisena voidaan pitää edellä eritellyistä ryhmistä etenkin ulkonäköarvostelmia, ulkonäön vertailua (johon voi kuulua verbaalisten viestien lisäksi esimerkiksi sisarusten kohdalla myös erilaista kohtelua) sekä ulkonäön ohjailua ja kontrollointia (esimerkiksi syömisen, liikkumisen tai pukeutumisen kontrollointia). Suhtautumistavoilla tarkoitan tässä tutkielmassa ulkonäköasioihin yleisemmällä tasolla liittyviä asenteita, näkemyksiä ja ihanteita, jotka voivat heijastua myös käytökseen, tekoihin ja sanalliseen viestintään. Edellä eritellyistä ryhmistä ulkonäköön suhtautumisen tapoja edustavat ulkonäköasioille kriittinen suhtautumistapa sekä ulkonäköasioille myönteinen suhtautumistapa.

Kaikista useimmin tutkimusaineiston kirjoittajat mainitsevat ulkonäköönsä puuttujiksi vanhempansa. Toiseksi useimmin mainitaan isovelji, isosisko tai sisarukset yleensä. Muita henkilöitä, joita muistelukirjoituksissa esiintyy, ovat esimerkiksi naapurit, isovanhemmat sekä yleisellä tasolla sukulaiset. Yksittäisiä sukulaisia, kuten serkkuja, tätejä tai setiä, mainitaan joissain kirjoituksissa, mutta useammin sukulaiset mainitaan yleisellä tasolla. Esimerkiksi kun kirjoittaja kuvaa tilannetta, jossa sukulaisen ja perheen kesken on keskusteltu kirjoittajan ulkonäöstä, saatetaan sukulaiset mainita pelkkänä ryhmänä tarkemmin erittelemättä. Monissa kirjoituksissa kerrotaan myös esimerkiksi ikätovereista koulussa, opettajista tai muista tutuista aikuisista. Kirjoittajilla on siis toisistaan eroavia käsityksiä ja kokemuksia siitä, keitä he pitävät lähipiiriinsä kuuluvina. Tästä huolimatta rajaan analyysin ulkopuolelle välittömään lähipiiriin kuulumattomat henkilöt, kuten ikätoverit ja opettajat. Tässä tutkielmassa lähisuhteilla ja lähipiirillä tarkoitetaan siis lähinnä ydinperhettä ja lähisukulaisia, sekä sellaisia henkilöitä, jotka kirjoittaja on selvästi kokenut omaan lähipiiriinsä kuuluviksi. Vaikka rajauksella on ongelmansa – eritoten se, että kirjoittajan kokemuksen ulkopuolelle ei voida sulkea esimerkiksi lapsuudenystävän osallisuutta lapsuuden ja nuoruuden lähipiiriin, mikäli kirjoittaja kokee hänet siihen kuuluvaksi – halusin rajata etenkin koulumaailman pois tämän tutkielman kontekstista. Pidän koulun sosiaalisessa ympäristössä tapahtuvaa ulkonäköön puuttumista oman tutkimuksensa aiheena.

Kaikkia ensimmäiseen tutkimuskysymykseen kuuluvia luokkia yhdistää ulkonäön sanallinen kommentointi. Aineistossa esiintyy sekä sellaista kommentointia, jossa vastaaja muistaa ulkonäön kommentoinnin suunnatun suoraan hänelle itselleen, että sellaista, jonka vastaaja on kuulut sivusta. Siihen, mitä vastaajien lähipiiriin kuuluvat ihmiset ovat todella joskus sanoneet, ei voida tutkimuksellisesti ottaa kantaa; sen sijaan vastaajien kokemuksiin voidaan, sikäli kun ymmärretään muistelukirjoitusten luonne tiedonlähteenä. Koska tutkimusaineistona ovat vastaajien muistot oman ulkonäkönsä kommentoinnista, on tutkijan vaikeaa, lähes mahdotonta, tehdä pitkälle meneviä tulkintoja kommenttien sanojen todellisista tarkoituspäristä. Tämän

takia tulkinta kommenttien kielteisyydestä, myönteisyydestä, neutraaliudesta tai ristiriitaisuudesta perustuu täysin vastaajien aineistossa kuvaamaan näkökulmaan tapahtuneesta sekä omiin tutkijan ominaisuudessa tekemiini tulkintoihin vastaajien kuvaamista tapahtumista.

Seuraavaksi tarkastelen yksitellen ulkonäköön puuttumisen ja suhtautumisen tavoista muodostamiani luokkia, ja sukupuoleen liittyvien roolien, normien ja merkitysten näkymistä niissä.

4.1.1. Ulkonäköarvostelmat

Ulkonäköarvostelmat esiintyvät aineistossa kielteisesti, myönteisesti, neutraalisti tai ristiriitaisesti sanottuina ja koettuina. Niin kielteiseksi kuin myönteiseksikin koettuun kommentointiin, sekä kaikkeen niiden väliltä, kuuluu erilaisia kommentoinnin tapoja. Erilaisia tapoja ovat esimerkiksi nimittely, kehuminen, huomauttelu, paheksuminen ja vihjaileminen (esimerkiksi kiertoilmauksin). Etenkin kielteiseksi koettuja arvostelmia esiintyy vastaajien ulkonäkömuistoissa hyvin monenlaisina, siinä missä myönteisesti koetut arvostelmat ovat pääasiassa suoria kehuja ulkonäöstä tai mieluisia rinnastuksia sukulaisiin tai julkisuuden henkilöihin. Myönteisesti tai neutraalisti koetut ulkonäön kommentointiin liittyvät muistot ovat aineistossa huomattavasti harvemmassa kuin kielteisesti tai ristiriitaisesti koetut.

Vaikka osa kommentoinnin tavoista pitää sisällään nimensäkin perusteella jo jonkin arvostelman (kuten paheksuminen), monissa tapauksissa ulkonäköarvostelmia on vaikea määrittää yksinkertaisesti kielteiseksi tai myönteiseksi. Määrittelyn tekee vaikeaksi ensinnäkin se, että arvostelmien myönteisyyttä tai kielteisyyttä on mahdollista tarkastella joko sanojan tai vastaanottajan näkökulmasta. Toisekseen, mikäli asiaa tarkastellaan vastaanottajan näkökulmasta, voi kommentin tulkitseminen puhtaan myönteisesti tai kielteisesti olla hankalaa myös kommentin kohteelle itselleen, jolloin kommentin tulkinta ja kokemus kokonaisuudessaan jäävät ristiriitaisiksi. Tässä tutkielmassa olen valinnut tarkastella ulkonäköarvostelmia niiden vastaanottajan näkökulmasta aineiston luonteen vuoksi, ja silloinkin, kun käsittelen kommenttien sanojen tarkoitusperiä tai motiiveja, pohjautuvat ne muistelukirjoitusten kirjoittajien muistoihin ja näkökulmaan tapahtumista.

Kuten mainitsin, kielteisesti koetut ulkonäköarvostelmat muodostavat aineistossa huomattavan enemmistön. Tälle voi olla syynä paitsi kirjoituskilpailun luonne kysymyksen asetteluineen, myös ihmisten taipumus ja tarve jakaa etenkin vaikeita muistoja ja kokemuksia toiveissa kokea jonkinlaista vapautumista. Toisaalta kielteisten ulkonäköarvostelmien suurempi määrä myönteisten sijaan voi heijastaa laajemminkin suomalaisia ulkonäköasenteita ja suhtautumista

kehumiseen. Kehut, eli laajemmin myönteiset ulkonäköarvostelmat, eivät myöskään läheskään aina ole yksiselitteisen myönteisiä, vaan arvostelman kohde on voinut kokea niissä esimerkiksi naljailevan tai vähättelevän sävyn tai ne voivat olla ns. ”kehuiksi puettuja” kriittisiä tai kommentoijan neutraaleina pitämiä arvostelmia, jotka on kuitenkin koettu kielteisesti. Joskus hyvää tarkoittavat kehut eivät yksinkertaisesti imartele niiden kohdetta; osuva esimerkki tällaisesta, aineistossa useammankin kirjoittajan kielteisesti kokemasta kehusta, on kehu ”komeudesta”, mikä tuntuu ymmärrettävältä, kun kehun vastaanottajana on nuori tyttö, joka on jo sosiaalistunut naiskauneuden ideaalille.

Kielteisesti koettuihin ulkonäköarvostelmiin liittyy monenlaisia kommentoinnin tapoja, joita yhdistää niiden kokeminen kielteiseksi sen henkilön toimesta, jonka ulkonäköä kommentointi koskee. Osassa vastaavista tutkimuksista, joissa erilaisia kielteiseksi koetun ulkonäön kommentoinnin tapoja ei ole eritelty, on kielteiseksi koettua sanallista kommentointia kuvattu yksinkertaisesti kiusaamiseksi (Solano-Pinto & al. 2021, 650–744). Kielteisesti koetussa kommentoinnissa selkein tapaus lienee suora nimittely tai loukkaaminen eli sellaisten ilmausten käyttö, joka voidaan tulkita paitsi vaikutuksiltaan, usein myös tarkoituksperiltään loukkaavaksi. Suomen kielessä sitä sanotaan puhekielessä myös ”haukkumiseksi”.

V52: "Pahin kommentti ulkonäöstäni, minkä en koskaan unohda on, kun isäni sanoi minulle ollessani 10 tai 11, että olen niin ruma ja lihava, että kukaan ei tule koskaan tykkäämään minusta."

Vaikka kommentoijien todellisia motiiveja onkin vaikeaa pelkästään aineistoa tarkastelemalla tietää, voitaneen nimittely nähdä enemmän tai vähemmän tarkoitushakuisena eli sanojen tarkoituksena on mitä luultavimmin loukata kuulijaa. Vaikka ulkonäköarvostelmia voidaankin yrittää ulkopuolelta käsin tulkita kielteiseksi tai myönteiseksi, kehuiksi tai haukuiksi, näkyy aineistossakin kuitenkin suuria eroja sen välillä, miten kommenttien vastaanottajat ovat sanat tulkinneet. Jotakin toista samankaltaiset sanat ovat voineet loukata syvästi, toisiin ne eivät ole taas jättäneet samanlaista jälkeä, vaikka muistiin ovat jääneetkin, kuten seuraavasta esimerkistä ilmenee:

V44: "Äidiltäni sain useasti kuulla olevani 'sadan kilon keijukainen'." "Olen vahvasti kanta-astuja. Elefantti oli myös kotona kuulemani nimitys. Kumpikaan noista ei ollut pahantahtoista, ei toki, enkä ole katkera äidilleni, mutta kyllä ne vaikuttivat itsetuntoon myöhemmällä iällä."

Tyyliltään nimittely tai loukkaaminen ilmenee aineistossa useimmiten suorina tokaisuina nimittelyn kohteelle. Nimittely kohdistuu tiettyyn ulkonäön piirteeseen, ruumiinosaan tai ole-mukseen yleensä. Etenkin iältään vanhempien vastaajien ulkonäkömuistoissa esiintyy melko mielikuvituksellisiakin nimittelytapoja:

V11: ”Minulle sanottiin, että korvat ovat kuin työmiehen rukkaset, nokka kuin veneen kokka, suu kuin seittemän leivän uuni ja silmät kuin lehmällä.”

V70: ”Isoveljeni oli minua neljä vuotta vanhempi. Hän sai minut ajattelemaan ulkonäköäni laulamalla yhtenäen sepittämäänsä laulua: 'torahammas lipsu, to-rahammas lipsu, lutiinpaskat nenän päällä kalisee.' Tuskin olin siihen mennessä katsellut itseäni peilistä, mutta tuo laulu herätti minut havaitsemaan ulkonevat yläetuhampaani samoin kuin kesakkoisen nenäni, jo vuosia ennen kouluikää muistaakseni.”

Toisinaan arvostelmien kohteet yhdistävät tällaiset nimitykset heti johonkin oman ulkonäkönsä piirteeseen, johon nimitys suoraan viittaa, kuten edellisen esimerkin kohdalla. Nimittelyn suoraviivaisuudesta poiketen, kielteisesti koettu kommentointi on toisinaan myös hienovaraisempaa tai vihjailevampaa. Ulkonäköä jollain tavalla paheksutaan tai arvostellaan, tai kommentoija esittää sen suhteen omia ulkonäkökäsityksiään heijastavia mielipiteitä, kuten seuraavassa esimerkissä:

V39: ”Sain äidiltä kommentteja myös ohuista hiuksistani ja silmälasistani. Äidin mielestä minun hiuksiini ei kukaan saa tehtyä minkäänlaisia kampauksia, koska tukkani on niin ohut ja rumanvärinen (punertavan ruskea). Lisäksi silmälasit olivat hänen mielestään rumat nuorella ja niitä tuli hävetä. Äiti myös puhui negatiiviseen sävyyn vartalostani. Hän muistutti minua usein lantiostani, joka hänen mielestään on leveä.

Haukkujen ja kehujen ääripäiden välistä löytyy myös arvostelmia, jotka riippuen vastaajasta koetaan aineistossa myönteisesti, kielteisesti, neutraalisti tai ristiriitaisesti. Osa vastaajista koee toisiaan sisällöllisesti vastaavat kommentit hyvin eri tavoin. Edellä mainitussa esimerkissä kommentoitava ei pitänyt nimityksiä ”sadan kilon keijukainen” tai ”elefantti” pahantahtoisesti sanottuina, vaikka useimmat muut aineiston vastaajat kokevatkin vastaavanlaiset painosta tai ruumiin koosta vihjaavat nimitykset loukkaaviksi. Toisaalta lausahdus ”kumpikaan noista ei ollut pahantahtoista, ei toki, enkä ole katkera äidilleni”, on mahdollista tulkita myös sarkastisesti lausutuksi. Sama vastaaja myös jatkaa, että kommenteilla oli vaikutusta hänen

itsetuntoonsa myöhemmällä iällä, joten vaikka hän ei olekaan tulkinnut nimityksiä tarkoituk- sellisen loukkaaviksi, on hän kuitenkin kokenut ne myöhemmin elämässään itsetuntonsa näkö- kulmasta kielteisiksi.

V31: ”Joskus teini-iän alkupuolella yritin kalastaa isältäni tietoa siitä, näytänkö oikeasti ihan hirviöltä. Vastaus oli jotakuinkin sellainen, että ulkonäköni on ihan riittävä siihen, että se ei estä pärjäämistäni tässä maailmassa. Tietysti silloin tulkit- sin sen kiertoilmauksena sille, että olen susiruma, mutten aivan häiritsevässä mää- rin muotopuoli.”

Edellinen esimerkki tekee näkyväksi sen, miten ulkonäköarvostelmissa on kysymys paitsi siitä, millä tavalla sanotaan, myös miten sanottu tulkitaan. Kirjoittaja pyysi vanhemmaltaan kom- menttia ulkonäköönsä liittyen ja sai vastauksen, joka ei ole sanan varsinaisessa merkityksessä kehu, mutta jota ei myöskään ole välttämättä tarkoitettu loukkaavaksi. Kirjoittaja on kuitenkin tulkinnut vastauksen kiertoilmaukseksi, joka pohjimmiltaan kertoo kirjoittajan rumuudesta. Tulkinta kertoo ehkä jotain kirjoittajan ulkonäkösuhteesta jo ennen kyseistä tilannetta, jolloin hänen saamansa vastaus muodostui heijastukseksi ja vahvistukseksi hänen jo olemassa olevalle käsitykselleen ulkonäöstään. Ulkonäkökäsityksessä on tarkemmin kyse yksilön ruumiinku- vasta, joka kehittyy pääasiassa lapsuudessa ja nuoruudessa, ja muodostuu kokemuksellisessa yhteydessä oman ulkonäön ja kehon representaatioon. Kirjoittajan V31:n tekemässä tulkinnassa kiinnostavaa ruumiinkuvan käsitteen näkökulmasta on, että ruumiinkuvassa usein korostuvat sellaisiin kehon osiin liittyvät ajatukset ja tunteet, joiden yksilö kokee olevan kauimpana ihan- teellisesta. (Solano-Pinto & al. 2021, 650–744)

Kehuissa on tutkimusaineistossa useimmiten kyse joidenkin ulkonäön piirteiden ihailusta tai ulkonäön kauniina tai nättinä pitämisestä kokonaisuutena. Erityisesti silmien kehuminen tois- tuu. Hyvin usein kehut kauneudesta liitetään ulkonäön muutokseen, kuten laihtumiseen seuraav- an esimerkin tavoin:

V6: ”11-vuotiaasta lähtien kasvoin pituutta yht`äkkiä paljon ja laihtuin. Huoma- sin että olinkin erittäin tyytyväinen itseeni. Tämän jälkeen alkoi tulla kommentteja tuttavapiiristä ja vierailtakin ihmisiltä. Äidille oli sanottu, että kyllä sinun tyttä- rellä on hyvä ryhti, 12-vuotiaana koulukaveri sanoi, että olen kuin mannekiini, isä kommentoi muutamia vuosia myöhemmin, että olen kuin nukke.”

Sekä ”mannekiini” että ”nukke” on helppo nähdä ihanteellisen naiseuden symboleina, ja täten naisen, jopa tytön, ulkonäöstä mieluisaksi koettavina kehuina – kukapa tyttö ei haluaisi kuulla

ulkonäkönsä edustavan ihanteellisena pidettyä kauneutta? Ihanteeseen liittyy kiinteästi myös hoikkuus. Toinenkin kirjoittaja kuvaa sitä, miten kuudennen luokan kevätlukukauden aikana tapahtuneen laihtumisen jälkeen kehuja ja ihailevia kommentteja ulkonäöstä alkoi yhtä-äkkiä sadella. Monien muidenkin kirjoittajien muistoista käy ilmi, että hoikkuus on ollut itseisarvoisesti myönteisenä pidetty ulkonäön piirre, jolloin pelkästään hoikaksi sanomista on pidetty kohteliaisuutena. Hoikkuus myös yhdistetään kirjoituksissa toistuvasti misseihin ja mannekiineihin, joiden ulkonäköön verratuksi tulemista pidetään kirjoituksissa erityisenä kehuna. Myös pienuutta ja siroutta pidetään tyttöjen kohdalla myönteisenä ulkonäön piirteenä.

Sellaisissa kirjoituksissa, joissa mainitaan, että lähipiirissä on aina pidetty kauniina tai kehattu kauniiksi, ei aina eritellä tarkemmin yksittäisiä ulkonäköarvostelmiin liittyviä muistoja, vaan kokemus ikään kuin värittää muistikuvia lapsuuden ja nuoruuden kokemuksista. Toisaalta, jos kehuja on tullut harvoin tai satunnaisesti, ovat ne sitäkin ”vaalitumpia muistoja”; etenkin vanhemmilta sukulaistytöiltä tai sukulaismiehiltä saadut kehut on talletettu sydämeen, mikä tulkitani mukaan heijastaa arvostusta sekä ihanteellisena nähdyn naiseuden mallia kuin miehen katsetta kohtaan. Samoin kuin kielteisesti koettujen ulkonäköarvostelmienkin kohdalla, myös myönteisiksi arvostelmiksi tai kehuiksi on saatettu tulkita ei-niin-suoria kehuja tai sellaisia arvostelmia, joita ei ole tarkoitettu kohteliaisuuksiksi. Eräs kirjoittaja koki ulkonäköarvostelmien puuttumisen nimenomaan osoitukseksi hyväksynnästä ja kauniina pitämisestä. Toinen taas muistelee, miten sukujuhlissa sukulainen sanoi hänen näyttävän Sofi Oksaselta; tätä ei ollut tarkoitettu kehuksi, vaan kommentti sanottiin enemmänkin paheksuen, mutta kirjoittaja otti kommentin kohteliaisuutena.

Aineistosta löytyy kuitenkin myös paljon esimerkkejä siitä, miten kehuiksi tai neutraaleiksi tarkoitetut ilmaukset on tulkittu kielteiseksi tai niiden viestiä on jollain muulla tavalla pidetty risiiriitaisena. Yksi mahdollisista selityksistä on naisille osoitetun kauneusihanteen kapeus ja se, miten tärkeää siihen on ollut pyrkiä. Kehut eivät ole välttämättä tuntuneet kehuilta, mikäli niiden on koettu jäävän liian kauaksi ihanteesta eli siitä, mitä todellisuudessa haluaisi olla:

V15: ”Pienestä pitäen saimme kuulla, että isosisareni oli ’kaunis’ ja minä olin ’persoonallisen näköinen’.”

V8: ”Muistan, että minua on sanottu perhepiirissä myös näyttäväksi, eri tavalla kauniiksi ja komeaksi naiseksi. En tiedä pidätkö näistä kehuista, vaikka ne ovatkin hyvántahtoisesti sanottuja.”

Vertailuasetelma kauniiksi kehuun isosisareen korostaa kirjoittajan kokemuksissa sitä, miten kauneus on jotain parempaa ja tavoitellumpaa kuin ”persoonallisen näköisyys”. Samalla tavalla myös ”eri tavalla kaunis” tai ”komea nainen” tuntuvat kehuina ristiriitaisilta mahdollisesti siksi, että ne tuntuvat vain muistuttavan siitä mitä ei ole, eli ihanteellisella tai normatiivisella tavalla kaunis. Arvelen, että tällaiset kehut ovat omiaan kääntymään kahdella tavalla itseään vastaan: ensinnäkin ne vahvistavat naisen kapeita ulkonäkönormeja, ja lisäksi aiheuttavat nuorelle tytölle mielipahaa ja kokemuksen oman kehon kelpaamattomuudesta – mikään muu kuin ihanteellinen kauneus ei kelpaa.

Kehut, joista tuntuu jäävän uupumaan jotain, saattavat olla hyväntahtoisesti sanottuja ja tarkoittaa hyvää, mutta asiaa ei ole osattu sanoa ”sen kaunopuheisemmin” tai se ei ole vain ollut kehumisentapa. Seuraavassa esimerkissä esiintyvän isoäidin lausahdus voitaneen tulkita hyväksynnän osoitukseksi, mutta varsinaiseksi kehuksi sitä on vaikea tulkita, vaikka kirjoittaja onkin sen ”positiiviseksi kommentiksi”, joskin kömpelöksi sellaiseksi, tulkinnut. Kommenttiin sisältyy ulkoinen, arvioiva katse, jossa on samaa kaikua kuin sanonnassa siitä, miten ”naisessa pitää olla jotain, mistä ottaa kiinni”.

V50: ”Ainoat positiiviset kommentit ulkonäöstä, jotka muistan, on siitä, että mulla on kauniit silmät, ruskeat napit, ja se kun saunassa isoäiti sanoi 'sulla on sentään jotain luiden päällä'.”

Muistelukirjoituksissa näkyy selvästi myös se, ettei kauneuteen suhtautuminen ole ollut ongelmattonta, sekä miten suomalainen vaatimattomuuden ihanne näkyy arvostelmien taustalla. Kauneudella on nähty varjopuolensa: erään kirjoittajan mukaan se on ”ansa, johon kenenkään ei tulisi langeta”. Samankaltainen asenne näkyy seuraavassa esimerkissä:

V59: Vahvimmin mieleen jäänyt on kuitenkin tokaisu tuolloin 15-vuotiaalle sisarelleni ja 12-vuotiaalle minulle: ”Olkaa onnellisia, että ette ole kauniita!” Olen sittemmin tajunnut hänen tarkoittaneen, että kauneus voi olla hyvin leimaavaa (kaunis ei muka voi olla fiksu), mutta meillehän se tarkoitti, että olimme rumia.”

Samankaltaisista tulkinnoista löytyy muitakin esimerkkejä aineistosta; myönteisten ulkonäköarvostelmien ja kehuun puute on useille kirjoittajille merkinnyt sitä, että ei ole ollut kehuun arvoinen. Tästä päätelmästä seuraava on ollut päätelmä kauneuden vastakohdasta eli rumuudesta.

Kommentoitavien paino ja ruumiin koko ovat selvästi aineistossa useimmin toistuvia ulkonäköarvostelmien kohteita, niin kielteisessä kuin myönteisessä mielessä, mutta etenkin kielteisessä. Kommentit heijastavat yleistä kauneusihannetta hoikasta ja pienikokoisesta naisruumiista: hoikkuus on tavoiteltava ja lihavuus vältettävä asia. Eräs kirjoittaja kertoo jo lapsena oppineensa kotona kuulemansa perusteella ajattelemaan, että lihavuus on naurettava ja hävetävä asia. Laihduttaminen näyttäytyy muistelukirjoituksissa yleisenä kahvipöytäkeskustelun aiheena. Eräs kirjoittaja muisteli sitä, miten äiti sanoi kahvipöydässä kirjoittajan itsensä kuullen tämän aikovan laihduttaa, ja miten tämä koki olevansa ”kuin esine, josta voi puhua mitä vaan”. Kirjoituksista käy ilmi, että etenkin naisten ruumiin koko ja paino ovat erityisen tarkan arvioinnin alla, mikä näkyy kodeissa paitsi perheen tyttärien painon ja ruumiin koon tarkkailuna, myös siinä miten perheen ulkopuolisia naisia arvostellaan. Vaikka lihavuutta pidetäänkin kaikista vältettävimpänä ulkonäön piirteenä, osoittaa seuraava esimerkki toisaalta naisen vartaloon kohdistuvan ihanteen kapeuden ja vaikeasti saavutettavuuden, sekä miehisen katseen (ja kosketuksen) validoivuuden:

V33: ”Sukulaiset muistivat huomautella asiasta; luuta ja nahkaa, liian laiha ei ole enää kaunista, lattapeppu, pehmeä nainen tuntuu paremmalta.”

Useimmat painoon tai kokoon kohdistuvat kommentit ovat huomautuksia, päivittelyjä, tai erään kirjoittajan sanoin ”piikittelyjä” siitä, että kannattaisi syödä vähemmän ja liikkua enemmän. Kommentit kuvastavat paheksuntaa tiettyjen ruumiinosien tai koko vartalon kokoa ja muotoa kohtaan. Isokokoisuus tai ”vanteruus” eivät ole toivottuja asioita, vaan isokokoisuus nähdään huomautettavana ja mahdollisesti konkreettisilla rajoittamistoimilla korjattavana asiana. Ruumiinkoko nähdään kommentteissa usein myös esteenä joidenkin asioiden tekemiselle; esimerkiksi eräs vanhempi torppaa kirjoittajan haaveen balettiharrastuksesta paksuihin jalkoihin vedoten, kun taas seuraavassa esimerkissä kirjoittajan isän mielestä on parempi, etteivät hänen lapsensa mene kokonsa vuoksi uimaan:

V35: ”Isä räjähti aivan yhtä-äkkiä ja alkoi huutamaan ratin takaa, kuinka on parempi, ettemme edes mene uimaan, kun olemme molemmat niin kauheita läskejä. --- Niin ja vähän tiukka toi sun paita. Mitäs pikkupossu. --- Tiesin, koska hänen teki mieli sanoa se. Muistan aina pienempänä muutenkin pelänneeni, mitä isä sanoo seuraavaksi. Voinko syödä tämän ilman, että hän kommentoi lihavuuttani.”

Painoon ja ruumiin kokoon liittyvät ulkonäköarvostelmat ovat aineiston muistelukirjoituksissa lähes yksinomaan kielteisesti koettuja, ellei kyse ole hoikkuuteen kohdistuvista kehuista.

Muiden aineiston kirjoituksissa esiintyvien ulkonäköarvostelmien rinnalla myös näkee, että painoon ja kokoon kohdistuvat kommentit koetaan erityisen loukkaaviksi. Edellisen esimerkin tavoin ne ovat saaneet pelkäämään uusia loukkauksia ja pahimmillaan muuttaneet suhteen ruokaan ja liikuntaan ongelmalliseksi. Kirjoittajat kertovat vähäisemmän ihmisarvon kokemisesta, halusta piiloutua isoihin vaatteisiin ja siitä, miten kiusaaminen jatkui myös koulussa.

Painon ja ruumiin koon lisäksi ulkonäköarvostelmien kohteena ovat tutkimusaineistossa myös monet muut yksittäiset ulkonäön piirteet, vaatteet tai kommentoidun ulkonäöllinen olemus kokonaisuudessaan, kuten seuraavassa esimerkissä:

V13: ”Kyllähän sä tiedät, ettet sä mikään nätti ole’.”

Tulkitsen, että kommentti olettaa kyseisen ulkonäköarvostelman olevan objektiivisesti olemassa oleva tosiasia, joka voidaan sanoa ääneen verukkeella, että kommentoitavan oletetaan itsekin tietävän kyseisestä tosiasiaista. Samankaltainen taustaoletus tuntuu olevan läsnä monissa muissakin aineiston kirjoituksissa: kommentoitavalla ei tulisi olla syytä pitää kommenttia loukkaavana tai aihetta loukkaantua siitä, koska kyseessä on pelkän kaikkien tunteman tosiasian ääneen sanominen. Esimerkiksi akne on aineiston ulkonäkömuistoissa usein toistuva kommentoinnin kohde, jota seuraavan esimerkin kommentoitava tuntui pitävän suurempana ongelmana äidilleen kuin hänelle itselleen:

V56: ”Nuorena minulla oli akne ja pahin arvostelija oli äitini. Tuntui, että akneni oli hänelle enemmän ongelma kuin minulle. Ja kun leikkasin pitkät hiukseni polkkatukaksi, niin äitini tokaisi: 'No nyt meni sinun viimeinenkin ylpeyden aihe.' Missihaaveeni tyrmättiin heti alkuunsa, koska minulla on liian lyhyet ja paksut jalat ja olen liian lyhyt ja kuulemma raskasluinen.”

Esimerkistä, sekä muista vastaavista tutkimusaineiston kirjoituksista, tulee vaikutelma, että vanhempi pitää lapsen ulkonäköä oman vaikutusvaltansa alle kuuluvana asiana. Tämän vuoksi hän kokee velvollisuudekseen vähintään ilmaista mielipiteensä esimerkiksi ulkonäön muutoksista, kuten hiusten leikkaamisesta, mutta mahdollisuuksien mukaan myös ohjata lasta suuntiin, joihin ulkonäöllisesti on edellytyksiä tai joihin voisi löytää ratkaisuja, kuten aknen tapauksessa. Etenkin äidit saattavat kokevat tehtäväkseen saattaa tyttärensä normatiivista ulkonäköä ylläpitävän ulkonäkötyön piiriin, koska he itsekin naisina ehkä tiedostavat, millainen merkitys ulkonäöllä on naisen yhteiskunnallisen menestyksen näkökulmasta.

Monissa muistelukirjoituksissa toistuu kokemus lapsuudessa ja nuoruudessa koetusta ”muottiin kuulumattomuudesta”. Eräs kirjoittaja kertoo, että hänen isänsä, jota hän kirjoituksessaan kuvailee ylikonservatiiviseksi, sanoi kirjoittajan hakevan vain hankaluuksia sillä, että ei suostu sopimaan muottiin ja haluaa näyttää erikoiselta. Muottiin kuulumattomuuden tunne ei synny itsestään, vaan siihen ovat osaltaan vaikuttaneet asiaan viittaavat ulkonäköarvostelmat. Joissain tapauksissa kirjoittaja on tulkinut arvostelmien takaa löytyvän huolta ulkopuolelle jäämisestä tai ihmetystä siitä, miksi kirjoittaja haluaa ”huomion hakemisella” tehdä elämästään hankalaa. Muottiin sopimattomuudesta arvostelluiksi tulleille itselleen oli kuitenkin tärkeää saada ilmaista itseään haluamallaan tavalla, oli kyseessä sitten meikkaamattomuus, oman sukupuolen normeista poikkeava pukeutuminen tai vaihtoehtokulttuuriin kuuluva pukeutuminen, kuten goottityyli. Muottiin sopimattomuudesta arvostelluksi tulemiselta osaa kirjoittajista suojasi oman ulkonäöllisen viiteryhmän löytäminen (esimerkiksi koulussa muut vaihtoehtokulttuurin tyyliin pukeutuvat), jolloin kokemus muottiin sopimattomuudesta koettiin myös ylpeyden aiheeksi.

Sukupuoleen liittyvät roolit, normit ja merkitykset tulevat erityisen vahvasti esiin muottiin sopimattomuuden kuvauksissa. Sanapari ”muottiin sopimaton” pitää itsessään sisällään ajatuksen, että on jonkinlainen, sosiaalisesti päätetty ja ylläpidetty muotti, johon pitäisi sopia. Muotista voidaan yhtä hyvin käyttää nimitystä normi tai ihanne. Muotin edellyttämiin ulkonäköpiirteisiin kuuluvat naisen ulkonäölle normatiivisina ja ihanteellisina pidetyt piirteet, joihin kuuluvat muun muassa hoikkuus, luonnollinen meikki ja naisellisuutta korostavat vaatteet. Vaikka aineiston kuvauksissa useimmille kirjoittajille muottiin sopimattomuuden kokemuksen aiheuttavat paino tai lihavuus, löytyy myös muita esimerkkejä:

V42: "Yläasteen loppupuolella (tai lukion alussa) äitini alkoi huolestua, etten ole kiinnostunut meikkaamisesta. Sen sijaan, että hän olisi ostanut minulle meikkioppaita, hän sanoi, että se etten meikkaa, on sama asia kuin että isä olisi kalsareillaan kotona."

V49: "Kommenttia kehon elekielestä ja asennoista tuli etenkin äidiltä. Muistan joskus ennen kouluikää ehkä viisivuotiaana, äidin sanoneen, että elä seiso kuin joku matami. Kädet lanteilla ja haara-asennossa siis. Se, yhdistettynä toistuvaan huomautteluun siitä, että puhun liikaa ja olen liikaa 'päällimmäisenä' kaikkialla, johti siihen, että yritin olla hiljaa ja huomaamaton. Ristiriitaisesti kyllä kehuttiin sitä, että olen hoikka, pitkä ja vaalea. Tuntui, kuin pitäisi olla nätti, mutta huomaamaton."

Kirjoittaja V42:n kuvaus äidin huolesta meikkaamattomuuden suhteen tekee näkyväksi miehen ja naisen ulkonäköä koskevan erilaisen vaatimustason. Vaikka kyseessä onkin yksittäinen esimerkki (arvelen, että varsin monissa kotitalouksissa naiset ovat meikkaamatta ja miehet kalsareillaan), kuvastaa se jo nuoriin tyttöihin kohdistuvaa painostusta ulkonäkötyön aloittamisesta. Kirjoittaja V49:n muistelu kuvastaa sekin sosiaalista todellisuutta, jossa tyttöön aletaan jo nuorena kohdistaa ihanteellisen naiseuden vaatimuksia. Esimerkin tapauksessa vaatimuksiin kuuluivat kirjoittajan kuvauksen mukaan hiljaisuus, huomaamattomuus, hoikkuus, pituus ja vaaleus.

4.1.2. Ulkonäön vertailu

Ulkonäön vertailu näkyy aineistossa a) kirjoittajien ulkonäön vertaamisena näiden omaan ulkonäköön nuoremmalla iällä, b) sisarusten ulkonäköön, c) arvostelijan omaan ulkonäköön, d) muihin sukulaisiin tai e) julkisuuden henkilöihin. Kun kirjoittajien ulkonäköä verrataan heidän omaan ulkonäköönsä nuoremmalla iällä, haetaan vertailukohdiksi yleensä muistikuvia vauvajoilta tai ajoilta, jolloin kirjoittajat ovat olleet muuten eri kokoisia tai näköisiä kuin vertailuhetkellä. Sisarusten vertailu näkyy aineistossa vanhempien taholta tapahtuvana, monissa tapauksissa jopa hyvin systemaattisena ja arvioivana ulkonäön tarkasteluna. Sisarusten kohdalla ulkonäön vertailuun liittyy joissain tapauksissa myös ulkonäköön perustuvaa erilaista kohtelua ja sukupuolittunutta roolittamista, ja näin ollen myös kuvauksia kirjoittajien kokemista epärealiteettien tai oman ulkonäön vääränlaisena pitämisen tunteista. Arvostelijan omaan ulkonäköön vertaamisen kuvaukset pitävät sisällään kirjoittajien pohdintaa siitä, miten esimerkiksi kirjoittajan vanhemman epävarmuus omasta ulkonäöstään peilautui kirjoittajaan itseensä. Sukulaisiin vertaamisen tapauksissa useimmiten kasvon piirteille tai kehon muodoille etsitään samankaltaisuuksia ja eroavaisuuksia muiden suvun jäsenten ulkonäön piirteistä. Joissain muisteluissa kirjoittajat ovat myös kokeneet, että mikäli vanhemmalla on ollut esimerkiksi huonot välit johonkin sukulaiseen, on vanhempi saattanut projisoida tätä sukulaista kohtaan tuntemiaan tunteita samoja ulkonäön piirteitä omaavaan kirjoittajaan eli lapseensa. Myös sukulaisiin vertaaminen on siis useille aineiston kirjoittajille aiheuttanut ulkopuolisuuden tai vääränlaisuuden tunteita, mutta toisaalta myös ylpeyttä ja myönteisiä nähdyksi tuleminen tunteita, kun vertaus on ollut kirjoittajalle mieluisa. Sen sijaan julkisuuden henkilöihin vertaamista esiintyy kirjoituksissa vähemmän kuin sisaruksiin tai muihin sukulaisiin vertaamista. Julkisuuden henkilöihin vertaaminen on useimmissa kirjoituksissa koettu kielteisesti, vaikka muutamia poikkeuksiakin kirjoituksista löytyy.

Kuvauksissa, joissa kirjoittajan ulkonäköä verrataan tämän ulkonäköön nuoremmalla iällä, viitataan usein tiettyjen kehonosien ulkonäköön tai muutoksiin kehon koossa tai painossa. Vertaamista tapahtuu muistelun muodossa, esimerkiksi kun kirjoittajan äiti muistelee synnytystä tai kirjoittajaa vauvana. Kuvauksissa on useampia mainintoja esimerkiksi siitä, että ulkonäön muistelu kohdistui kirjoittajan isokokoisuuteen jo vauvana. Kuvauksista syntyy vaikutelma, että lapsen ulkonäkö on tämän syntymästä lähtien tarkastelun alla ja että siitä voidaan keskustella kuin mistä tahansa tosiasiasta. Koska kirjoittajat mainitsevat kirjoituksissaan vauva-ajan ulkonäköön vertaamisen, on asialla selvästi ollut heihin vaikutusta ja se on jäänyt mieleen, huolimatta siitä, että vauvan ulkonäköä on vaikea nähdä realistisena vertailukohtana. Kuvauksissa kerrotaan, että vauvan isokokoisuuden tai esimerkiksi pyöreäposkisuuden muistelu saattoi yhdistyä kirjoittajan sen hetkisen koon arvosteluun, mikä tekee kirjoittajien tunteet ymmärrettäväksi. Heidän ulkonäkömuistoissaan lapsuudessa mahdollisesti tapahtunut muu ulkonäköön puuttuminen ja vauva-ajan ulkonäköön vertaaminen yhdistyvät, ja muistosta tulee kokonainen konstruktio lapsuudessa koetusta omaan ulkonäköön puuttumisesta ja suhtautumisesta.

V33: "Ulkonäköni oli lapsena jatkuvan tarkastelun alla, olen identtinen kaksonen. Meistä etsittiin eroja, onko toinen lihavampi/laihempi, kumman hampaat on enemmän vinossa... Isäni saattoi humalassa kertoa mielipiteensä, että minä olen meistä kahdesta kauniimpi. Se ei kuitenkaan tuntunut hyvältä, koska se samalla loukkasi siskoani."

Sisarusten ulkonäön vertailuun liittyviä muisteluja on aineistossa paljon. Asialla ovat useimmiten vanhemmat tai sukulaiset, eivät sisarukset itse. Vaikka monissa muisteluissa vertailu on tapahtunut samaa sukupuolta olevaan sisarukseen, on aineistossa myös muisteluita toista sukupuolta edustavaan sisarukseen vertaamisesta. Kuten edellisen esimerkin kirjoittaja asiaa kuvaa, sisarusten vertailu on useissa kuvauksissa koettu ”jatkuvaksi tarkasteluksi”. Eräs toinen kirjoittaja kertoo, että perheen neljää tytärtä ”arvioitiin, luokiteltiin ja arvosteltiin kotona piirteitemme, ulkonäkömme ja luonteemme yhdistelminä”. Hän myös kertoo, että vanhemmat pitivät kaikista lapsista omia muistikirjojaan, joihin kirjasivat havaintojaan. Sisarusten ulkonäköjen vertailua on luultavasti pidetty melko normaalina asiana.

Jotkin kirjoittajat kertovat sisarusten ulkonäön vertailuun liittyneen lisäksi sisarusten erilaista kohtelua. Yleisimmin tämä tulee kirjoituksissa ilmi sisarusten erilaisena vaatettamisena, kuten seuraavassa esimerkissä:

V36: "Lapsuudessa äitini valitsi minulle ja siskolleni lähes kaikki vaatteet. --- Lapsena tunsin itseni usein rumaksi pojaksi siskon rinnalla - minulle kun valittiin usein tummansinisiä ja siskolle punaisia, pinkkejä tai kukallisia vaatteita, joita kaikki ihastelivat."

Kirjoittaja kertoo, että hänen äitinsä oli pitänyt itseään aina lihavana ja että hänellä oli paljon vaatteisiin liittyviä mielipiteitä. Vaikka edellisestä lainauksesta ei käykään suoraan ilmi, miksi kirjoittajan äiti vaatetti lapsensa eri tavoin, kertoo kirjoittaja äitinsä arvioineen paljon ihmisten ulkonäköä ja kiinnittäneen huomiota erityisesti lihavuuteen. Kirjoittajan kuvauksesta saa vaikutelman, että kirjoittajan äidin ulkonäköön liittyvät käsitykset ja mielipiteet ovat saaneet hänet vaatettamaan myös lapsensa omien käsitystensä pohjalta: tummat värit häivyttävät kokoa.

Sisarusten ulkonäölliseen vertailuun liittyvään erilaiseen kohteluun liittyy joissain kirjoituksissa myös sukupuoleen liittyvää roolittamista:

V15: "Äitini oli varsin turhamainen lastensakin kautta. -- Käsitystäni vahvisti se, että lapsuuden kotileikeissä kuten pikkunäytelmissä, joita äitini harjoitti antaen asuja ja lavasteita, hän myös roolitti meidät. Maria sai aina prinsessan vaatteet ja minusta tehtiin prinssi. -- Yksi osoitus stereotyyppisestä suhtautumisesta lasten ulkonäköön oli, että äitini halusi leikata pitkät hiukseni pois, koska leikeissä lettinahat tahtoivat aina aueta - toisin kuin siskollani, joka leikkautti tukkansa vasta teini-iässä USA:ssa vaihto-oppilasvuotenaan. Hänen kampauksensa olivat hienoja: rinkulalettejä, Margareta-letitystä, myöhemmin poninhäntiä ja nuttu-roita. Myös värit määriteltiin: sininen oli Marialle kuuluva väri, minulle punainen tai vihreä. Sinisessä oli jotain henkevyyttä. Punainen oli maanläheisempi väri."

Edellisen lainauksen kirjoittajan lapsuuden ulkonäkömuistoja värittää kokemus siitä, että hänen siskonsa oli kaunis ja hän itse oli "persoonallisen näköinen". Hän tunsii olevansa vähemmän naisiin kohdistuvan kauneusihanteen mukainen kuin siskonsa, minkä hän koki vahvasti näkyvän myös vanhempiensa, etenkin äitinsä, suhtautumisessa. Lisäksi hän koki äitinsä vahvistavan kampaus-, vaate- ja värivalinnoilla siskonsa roolia prinsessana ja omaa rooliaan prinssinä. Kirjoittajan tulkinnassa äitinsä turhamaisuudesta on samoja piirteitä kuin joidenkin toisten kirjoittajien tulkinnoissa äidin tarpeesta suhtautua lapseen kuin ulkonäköprojektiin, jonka kautta toteuttaa omia kauneusihanteitaan.

V32: "En koskaan unohda äitini sanoja teini-iässä, kun saunoimme. Hän sanoi: hyi sun polvet on korkeammalla kuin mun!" En sitä silloin oivaltanut, mitä hän

tarkoitti. Vähitellen ymmärsin, että hän piti minua epämaisellisenä, koska koki itsensä sellaisena. Mutta ylipainoinen sisareni 170 cm oli upea ja naisellinen."

Edellisessä esimerkissä äidin omaan ulkonäkönsä kohdistuva epävarmuus käy ilmi kirjoittajalle ulkonäkönsä vertaamisena sekä äidin että siskon ulkonäköön. Tässäkin tapauksessa on kyseessä kirjoittajan luoma konstruktio, eikä tutkijana voi tietää, perustuvatko kirjoittajan tulkinnat äitinsä puheista faktoihin. Kirjoittajalle on kaikesta huolimatta syntynyt tulkinta ja kokemus äitinsä ihanteellisena pitämästä, "oikeanlaisesta naiseudesta" sekä omasta sopimattomuudestaan kyseiseen ihanteeseen. Kirjoituksesta tulkitseen, että kirjoittajan pituus on ollut asia, jota tämän äiti ei ole pitänyt naiselle ihanteellisena. Naisen pituutta ei ole useissa muissakaan muistelukirjoituksissa nähty myönteisenä kehon ulkonäön piirteinä, vaan naisen pienuutta on pidetty ihanteellisempänä. Pienuuteen yhdistetään sirous ja hoikkuus, kun taas keskimääräistä pidempään naiseen yhdistetään useammin painoon, kömpelyyteen ja maskuliinisuuteen liittyviä piirteitä.

V17: "Äitini on vaikuttanut ulkonäkökäsitykseeni valtavasti. Olemme aina olleet saman näköisiä ja se on tullut selväksi niin sukulaisten kuin muidenkin ihmisten toimesta. Äitini haukkui aina ulkonäköään, perunanenäänsä ja painoaan. Hän on myös ikuinen laihduttaja. Samassa tilanteessa hän saattoi ensin sanoa meidän olevan toistemme näköisiä, ja sen jälkeen puhua itsestään rumana. Totta kai sellainen vaikuttaa nuoreen tyttöön."

Solano-Pinton ja kollegoiden tutkimusartikkelissa käy ilmi, että vanhemman omasta ulkonäöstään kielteiseen sävyyn puhumisella on todennäköisesti vaikutus lapsen kehonkuvaan. Edellisessä esimerkissä kirjoittaja kokee äitinsä paitsi puhuneen omasta ulkonäöstään ikävään sävyyn, myös samassa yhteydessä verranneen ulkonäköään kirjoittajan ulkonäköön. Kirjoittaja mainitsee, että kokee äidin puheiden vaikuttaneen omaan ulkonäkökäsitykseen ja pitää tosiasiassa, että etenkin nuoreen tyttöön vaikutus on selvä. Myös Solano-Pinton ja kollegoiden artikkelissa viitataan tutkimuksiin, joiden mukaan etenkin äidin vaikutus tyttärien ulkonäkösuhteelle on selvä. (Solano-Pinto & al. 2021, 650–744)

Muihin sukulaisiin vertaamiseen liittyy kirjoittajien muistoissa suvun piirteiden näkymisen spekulointia tai muuta ulkonäön analysointia. Samassa yhteydessä on saatettu tehdä kirjoittajan vauva-ajan ulkonäköön vertaamista kuten seuraavassa esimerkissä:

V67: "Aivan pienestä pitäen olen saanut kuulla äidiltäni, että minulla on hörökorvat kuten isällänikin ja kaikilla isäni sukulaisilla. Kun olin vastasyntynyt, ne kuulemma olivat aina rullalla, ja äitini joutui niitä muka käärimään auki."

Suvun piirteiden muistelusta syntyy vaikutelma, että puheilla rakennetaan suvun tarinaa. Suvun tarinaan liittyvät ulkonäön piirteet, jotka yhdistävät suvun jäsenet toisiinsa, sekä piirteisiin liittyvät tarinat. Vaikka tarinat saattavat olla pelkästään hauskoja tai lämminhenkisesti kerrottuja itse kertojalle ja muille kuulijoille, eivät ne välttämättä tarinan kohteena olevalle kirjoittajalle ole olleet myönteisiä kokemuksia. Koska muisteluhetket ovat jääneet kirjoittajien mieleen, on niillä selvästi ollut jonkinlainen vaikutus ja ne ovat tulleet osaksi muiden ulkonäkömuistojen kokonaisuutta. Liian usein kuultuna äidin – mahdollisesti hyväntahtoisesti kerrottu – tarina rullalle menevistä korvista vaikutti kirjoittajaan siten, että hän aina peiliin katsoessaan kertoi kuuluvansa tarinan rullalle kiertyneistä korvanlehdistä, ja kuvitteli vielä aikuisenakin olevansa hörökorvainen.

Toisinaan kirjoittajat kokivat sukulaiseen vertaamisen kielteiseksi myös siksi, että vertauksen tekijä oli huonoissa väleissä tai ei pitänyt kyseisestä sukulaisesta, jolloin tähän vertaaminen tuntui kirjoittajasta ikävältä. Eräs kirjoittaja kertoi, että hänen äitinsä ei tullut toimeen appensa kanssa, ja otti usein kirjoittajalle hermostuessaan tai kiivastuessaan esiin tämän isoisältä perityt hörökorvat. Toinen kirjoittaja kertoi äitinsä verranneen tämän nenää miehensä siskon nenään, ja koska kirjoittaja tiesi, ettei äiti pitänyt miehensä siskosta, oli kirjoittaja ajatellut nenänsä olevan ”kamala”. Kuten joissain muisteluissa sisaruksiin vertaamisen kohdalla, myös eräessä sukulaiseen vertaamisen muistossa kirjoittajan kokemukseen liittyi myös erilaista kohtelua. Kirjoittajan mukaan lapsesta asti kaikki olivat yrittäneet nähdä, miten paljon hän näytti isänsä äidiltä. Yhdennäköisyyttä ei ilmeisesti yrityksistä huolimatta onnistuttu näkemään, mutta kirjoittajan mukaan hänen siskonsa ajateltiin olevan kuin ilmetty mummonsa, minkä vuoksi hänestä puhuttiin aina positiiviseen sävyyn. Kirjoittaja sen sijaan koki näyttävänsä ”oudolta”, koska yhdennäköisyyttä sukulaisiin ei löytynyt, ja koki myös, että häntä kohdeltiin ”vähän vieraampana” sen takia. Tässä kirjoituksessa tulkitsemme vertaamisen kautta syntyneen käsityksen oman ulkonäön poikkeavuudesta synnyttäneen kirjoittajalle perinpohjaisen ulkopuolisuuden kokemuksen.

Kirjoituksissa oli myös muutamia muisteluita julkisuuden henkilöihin vertaamisessa, mutta niitä ei ollut yhtä paljon kuin muihin perheenjäseniin tai sukulaisiin vertaamisia. Julkisuuden henkilöön vertaaminen koettiin useimmiten kielteiseksi, sillä vertaukset eivät usein olleet

kirjoittajien mielestä imartelevia. Erään kirjoittajan mukaan hänen äitinsä oli silloin, kun Anki oli iskelmätahti, todennut hänen ja Ankin olevan ”sellasia kirveellä veistettyjä”. Kirjoittajan itsensäkin mukaan hän oli Ankin kanssa hyvin samannäköinen, mutta kun hän oli ihmetelty äidiltään, mitä tämä oli toteamuksellaan tarkoittanut, oli äiti sanonut, että ”ensin veistetään karkeasti kirveellä ja sitten puukolla tehdään hienosäätö”. Kirjoittajan mukaan äiti ei kommenteil- laan ”ivannut, pilkannut tai halveerannut mitenkään”, vaan kertoi vain totuuden. Kirjoittaja ker- toi kasvaneensa ajatukseen, ettei ollut ”kylän kaunotar”. Mielestäni kirjoituksesta paistaa kau- neuden tavoittelun normatiivisuus ja naisen ulkonäön arvostelun arkipäiväisyys; naisten kuului tavoitella kauneutta ja niin julkisuudessa esiintyneisiin naisiin kuin omiin lapsiinkin kohdistui sama arvioiva katse. Mielestäni kirjoittajan käyttämä ilmaus ”kylän kaunotar” kertoo myös omalta osaltaan naiselle ulkonäön suhteen tarjolla olleista rooleista: mikäli nainen on ollut ky- län kaunotar, on hänet varmasti tehty asiasta tietoiseksi, mutta toisaalta myös siitä, jos näin ei ole ollut. Vertailu on siis tulkintani mukaan vahvistanut kauneuden tavoittelun normatiivisuutta sekä tehnyt ihanteen ulkopuolelle jäämisestä ehkä vieläkin kipeämpää.

4.1.3. Ulkonäöllinen ohjailu ja kontrollointi

Ulkonäköarvostelmia käsitelleessä luvussa käy ilmi, että paino ja ruumiin koko ovat yleisimmin tutkimusaineistossa esiintyviä ulkonäköarvostelmien kohteita. Pyrkimys vaikuttaa painoon tai ruumiin kokoon on myös yleisin aineistossa esiintyvä ulkonäöllisen ohjailun ja kontrolloinnin tapa. Kontrollointi ja siihen pyrkiminen näkyvät kirjoittajien muistelussa pääasiassa syömiseen ja liikkumiseen vaikuttamalla sekä pukeutumisvalintojen ohjailulla. Koska kyse on lapsuusajan muistoista, ei kirjoittajilla ole usein ollut valtaa päättää näistä asioista, vaan vanhemmilla on ollut kontrolli lastensa ulkonäöstä sääntöjen ja rajoitusten kautta. Syömisen ja liikkumisen kont- rolloinnin lisäksi kirjoituksissa puhutaan paljon vaateostoksilla tapahtuvasta ohjailusta ja kont- rolloinnista, sekä pukeutumisvalintojen sanallisesta arvioinnista kotona. Myös esimerkiksi meikkaamista tai muuta laittautumista saatettiin rajoittaa tai pyrkiä rajoittamaan. Konkreetti- sissa ohjailutoimissa tulevat selkeästi näkyviin perheen vanhempien ulkonäköön liittyvät mie- lipiteet sekä heidän omaksumansa kauneusihanteet. Osa kirjoittajista on tulkinnut vanhempien heihin kohdistaman ulkonäöllisen ohjailun ja kontrolloinnin hyvää tarkoittavaksi; vanhemmat ovat ehkä pyrkineet huolehtimaan lastensa terveydestä tai koettaneet estää lastaan joutumasta kielteisen huomion kohteeksi ulkonäkönsä vuoksi.

V7: *"Äitini toivoi minusta mannekiinia ja opetti kävelemään kirja pään päällä, halusi pukea minut omalle tyylilleen uskollisesti. Äidille myös siskoni ylipaino oli kova paikka. Hän itse on pienikokoinen ja siro ja ollut aina kiinnostunut ulkonäöstä. Äiti vahti syömistäni joskus hyvinkin tarkasti, koitti pakottaa lenkille ja huomautteli lihomisesta paljonkin. En usko, että hän edes itse huomasi asiaa, ei tietoisesti ainakaan."*

Joidenkin kirjoittajien ulkonäkömuistoissa etenkin äidit vaikuttavat suhtautuneen lapseensa jonkinlaisena projektina ulkonäön suhteen. Kirjoittajien mukaan äidit pyrkivät vaatettamaan heidät omien mieltymystensä mukaan tai antoivat suoraan ymmärtää millainen meikki tai millaiset hiukset ovat heidän mukaansa hyväksyttävät.

Painoon ja kehon kokoon liittyvästä ohjailusta ja kontrolloinnista on kuitenkin kaikkein eniten kuvauksia. Usein ohjailua ja kontrollointia kuvataan edellisen esimerkin kaltaisesti: toinen vanhemmista tai molemmat ovat vahtineet syömistä, huomautelleet muutoksista painossa ja puskeneet liikkumaan enemmän. Useimmat kirjoittajat ovat kokeneet ohjailun ja kontrolloinnin painostavana ja loukkaavana. Monet kirjoittajat ovat myös kirjoitushetkellä kyseenalaistaneet sen, minkä takia lapsen painoon tai kehon ulkonäköön on kiinnitetty niin paljon huomiota. Ohjailuun pyrkivissä kommentteissa on koettu loukkaavaksi usein sekä kommenttien sisältö että kommentoinnin tapa. Kirjoittajat vaikuttavat usein kokeneen myös tilanteen, jossa heidän ulkonäkönsä on nostettu tikun nokkaan, epämiellyttäväksi. Eräs kirjoittaja muistelee tätinsä tokaisseensa hänelle sukujuhlilla, että ”ei ehkä Katin kannattaisi syödä enempää kakkua, ettei liho”, kun taas toinen kirjoittaja muistelee mummonsansa sanoneen, ”ettei minua tarvitse pyytää syömään, koska ei haittaa, vaikka jättäisin yhden ruuan välistäkin”. Mielestäni kommentit heijastavat ennen kaikkea jo lapsesta alkavan painon kontrolloinnin normatiivisuutta. Syömisestä kontrolloinnin lisäksi muistelukirjoituksissa kuvataan vanhempien valtaa vaikuttaa lastensa liikkumiseen. Usein syömisestä kontrollointi ja liikuntaan painostaminen esiintyvät kirjoittajien muisteluissa yhdessä. Kuvauksissa mainitaan kuinka liikuntaan ”pakotettiin” tai liikkumisen vähyydestä huomauteltiin jatkuvasti paheksuvaan sävyyn.

4.1.4. Ulkonäköasioihin kriittinen suhtautumistapa

Ulkonäköön puuttumisen tapojen ohella Oma ulkonäkö muistoissani 2015-aineiston kirjoittajat kertovat myös lapsuuden ja nuoruuden lähipiirissä vallinneista ulkonäköön suhtautumisen tavoista. Erotuksena ulkonäköön puuttumisen tavoista, ulkonäköön suhtautumisen tavoilla viitataan ulkonäköasioihin yleisemmällä tasolla kohdistuviin asenteisiin, näkemyksiin ja ihanteisiin, jotka kirjoittajien ulkonäkömuistoissa näkyvät useimmiten käytöksen, tekojen ja sanallisen

viestinnän muodossa. Tutkimusaineistosta löytämäni suhtautumistavat olen jakanut ulkonäköasioille kriittisiin ja myönteisiin suhtautumistapoihin, joista erittelen ensin kriittisiä suhtautumistapoja.

Ulkonäköasioille kriittisessä suhtautumistavassa näkyvät mielestäni selvästi yleisesti suomalaisille ulkonäkökäsityksille tyypilliset piirteet, joita kuvasin tarkemmin tämän tutkielman teoriaosiossa. Kriittiseen suhtautumistapaan kuuluu se, että ulkonäöllä ei haluta erottua ja kiinnittää huomiota itseen, vaan toivottavampana pidetään joukkoon sulautumista. Ulkonäön muokkaamiseen tai ehostautumiseen suhtaudutaan kielteisesti ajatellen esimerkiksi, että ”ruma se vaatteilla koreilee”. Suhtautumistapaa värittää ajatus siitä, että ulkonäköasiat ovat pinnallisia ja turhia tärkeämpien asioiden rinnalla. Kauneuteen liittyviin käsityksiin sisältyy stereotyyppioita, kuten että kaunis ei voi olla älykäs, minkä lisäksi kauneutta ei nähdä samanveroisena arvona kuin vaikkapa älykkyyttä.

V31: "Pienenä kotona varsinkin äitini oli tarkka siitä, että perusteetonta negatiivista palautetta ei tulisi, häntä oli kai itseään lapsesta asti varoiteltu ikävään sävyyn monista asioista. Silti, 'ruma se vaatteilla koreilee' oli pohja-asetus kaiken takana. Sai olla nätti, jos oli. Yrittäminen oli jotenkin sopimatonta."

Esimerkin kirjoittaja ei kerro omaan ulkonäköönsä liittyvästä kielteisestä puuttumisesta, mutta kertoo kotona vallinneen ulkonäköasioihin liittyvän suhtautumistavan olleen kriittinen. Joissakin kirjoituksissa pelkästään tällainen kodin sisällä vallinnut tapa suhtautua ulkonäköasioihin on saanut kirjoittajat näkemään ulkonäkömuistonsa kielteisessä valossa kirjoitushetkellä. Kun ulkonäköasioihin on suhtauduttu kotona kielteisesti, on moni kirjoittaja tulkinnut kielteisesti myös sen, ettei ole saanut kuulla kotona mitään ulkonäköönsä liittyen – kielteistä tai myönteistä. Seuraavan esimerkin kirjoittaja tulkitsee ulkonäköönsä kohdistuneet kielteiset kommentit nimenomaan seuraukseksi siitä, että ulkonäköasioihin suhtauduttiin vähempi arvoisina älykkyyden rinnalla:

V42: "Äitini on aina korostanut älykkyyden merkitystä ja ulkonäkökysymykset ovat aina olleet 'merkityksettömiä' perheessäni. Ehkä juuri tämän takia olen saanut koko lapsuuteni ja nuoruuteni ajan satunnaisia negatiivisia kommentteja ulkonäöstäni, mutta positiivisia en muista saaneeni yhtään (en ainakaan äidiltäni)."

Silloin kun ulkonäköasioihin suhtautumisen tavat ovat olleet myönteisiä tai neutraaleja, on kommentoimattomuuskin koettu aineiston kirjoituksissa myönteisemmin tai neutraalimmin.

Tätä käsittelemme niin ikään seuraavassa ulkonäköasioille myönteistä suhtautumistapaa käsittelevässä alaluvussa.

Eräs kirjoittaja kertoo, että vaikka kokeekin omanneensa jo nuorena ”positiivisen ulkonäkökäsitteilyn”, oli kotoa tuleva viesti se, että ”peiliin tuijottelu on huono tapa, kuten myös itsensä pynttäminen” ja että ”omakehu haisee”. Samoin kuin kirjoittaja V31 kuvailee yrittämisen olleen jotenkin sopimatonta, peiliin tuijottelu ja pynttäminen näyttäytyivät tulkintani mukaan tällekin kirjoittajalle mitä luultavimmin liikana yrittämisenä ja väärin asioihin keskittymisenä. Ulkonäköön keskittymistä on pidetty turhamaisena ja turhana, erään toisen kirjoittajan mukaan ”lapsellisen pinnallisena”, ja ulkonäköasioille käytetyn ajan on nähty olevan pois tärkeämpien asioiden tekemiseltä. Seuraava esimerkki kuvaa sitä, miten ulkonäköasioille kriittisen suhtautumisen värittämä viestintä on voinut olla myös sävyltään varoittavaa:

V59: Vahvimmin mieleen jäänyt on kuitenkin tokaisu tuolloin 15-vuotiaalle sisarelleni ja 12-vuotiaalle minulle: "Olkaa onnellisia, että ette ole kauniita!" Olen sittemmin tajunnut hänen tarkoittaneen, että kauneus voi olla hyvin leimaavaa (kaunis ei muka voi olla fiksu), mutta meillehän se tarkoitti, että olimme rumia."

Myös tämän esimerkin kirjoittaja on kokenut saamansa kommentin kielteisesti sekä lapsena että kirjoitushetkellä. Kirjoitushetkellä hän on kuitenkin tulkinnut kommentin paitsi suorana arvostelmana omasta ulkonäöstään, myös heijastuksena kommentin sanojan yleisemmästä suhtautumisesta kauneuteen. Kuten aiemmissakin esimerkeissä, tässäkin tapauksessa kirjoittaja tulkitsee kommentoijan asettavan kauneuden ja älykkyyden vastakkain, ja on selvää, kumpaa ulkonäköasioille kriittisessä suhtautumistavassa pidetään enemmän tavoittelemisen arvoisena. Eräs toinen kirjoittaja tulkitsee, että kauneuteen panostamista pidettiin hänen kotonaan turhana katoavaisuutensa vuoksi, mistä syystä pidettiin parempana panostaa ”sisäisiin hyveisiin ja hyvään koulutukseen”.

4.1.5. Ulkonäköasioille myönteinen suhtautumistapa

Ulkonäköasioille myönteistä suhtautumistapaa edustavat tutkimusaineistossa sellaiset kuvaukset, joissa lapsuuden ja nuoruuden lähipiiriin kuuluvien ihmisten ulkonäköasenteet ja -näkemykset näyttäytyvät kirjoittajalleen myönteisinä. Ulkonäköä on perheessä kommentoitu myönteisesti ja kannustavasti tai korkeintaan neutraalisti samalla tavalla kuin esimerkiksi muuta osaamista tai onnistumisia. Ulkonäköasioihin on suhtauduttu myönteisesti myös yleisellä

tasolla: ulkonäköön liittyvät asiat ovat olleet osa elämää eikä esimerkiksi kauneuteen tai ulkonäköihanteisiin ole liitetty kielteisiä mielikuvia tai stereotyyppioita. Myönteiseen suhtautumistapaan liittyy lisäksi usein kokemus tuesta, hyväksynnästä ja arvostuksesta: kirjoittaja on kokenut tulevaisuutta kokonaisvaltaisesti hyväksytyksi, jolloin kokemukseen on kuulunut tunne hyväksytyksi tulemisesta myös ulkonäön osalta. Mikäli kirjoittajat muistavat ulkonäköään kehitetyn sanallisesti, mainitsevat he useimmiten myös muita saamiaan kehuja. Kuvauksista välittyy myönteiseen suhtautumistapaan kuuluva vilpitön hyväntahtoisuus ja ihailu, millä on joidenkin kirjoittajien kuvauksista päätellen ollut suuri merkitys itsearvostuksen ja myönteisen ulkonäkösuhteen kehittymisen kannalta.

V10: "Alle kymmenvuotiaana minulla oli pitkä paksu tukka, vähän vanhemmaksi tullessa uskalsin olla myös erilainen, sillä vanhemmat tukivat sitä. Äiti on aina pitänyt minua kauniina."

Esimerkin kirjoittaja kertoo uskalluksestaan olla "erilainen", koska sai kotoa tukea ja tiesi äitinsä pitäneen häntä aina kauniina. Myös muissa kirjoituksissa, joissa kuvataan kodin myönteistä ulkonäköasioihin suhtautumistapaa, mainitaan arvostuksen kokeminen sellaisena kuin on. Eräs kirjoittaja kertoo, että vaikka ei muista isänsä tai veljiensä koskaan kommentoineen ulkonäköään tai pukeutumistaan, koki hän juuri heidän pitäneen itseään kauniina. Kirjoittaja kuvaa asiaa näin: "Ehkä paradoksaalisesti ajattelen, että juuri he pitävät minua kauneimpana tai ainakin antavat minun olla juuri sellainen kuin olen, mikä on käytännössä sama asia." Kauneuden kokemus ja kokemus hyväksytyksi tulemisesta sellaisena kuin on yhdistyvät kirjoittajan kokemuksessa, ja ajatuksissa kirjoitushetkellä, yhdeksi ja samaksi asiaksi.

V58: Pikkulapsena koin kuitenkin olevani erityinen äidille ja isovanhemmilleni, mikä on varmasti ollut tärkeässä osassa itsearvostuksen ja positiivisen ulkonäkökäsityksen rakentumisessa. Äitini puhui myönteiseen sävyyn omastaan ja isäni ulkonäöstä, ehkäpä opin siitä ajattelemaan itsestäni hyvää - olenhan kahden kivan näköisen ihmisen lapsi!"

Ulkonäköasioille myönteiseen suhtautumistapaan kuuluu edellisessä esimerkissä myös vanhempien myönteinen suhde omaan ulkonäköönsä. Sama kirjoittaja kertoo äitinsä usein muistelleen yleensä ensimmäistä neuvolareissuaan pariviikkoisen tyttövauvan, eli kirjoittajan itsensä, kanssa; terveydenhoitaja oli roikottanut vauvaa ikkunasta toisten äitien nähtäväksi ja kehottanut heitä "ottamaan tyttövauvan mallia". Samoin kirjoittaja kertoo äitinsä arvostaneen persoonallisia piirteitä ja kiinnittäneen erityistä huomiota ihmisten nemiin; "omaansa hän selvästi arvosti,

se oli persoonallinen, terävä ja päästään vähän kippura.” Kirjoittajan kuvauksesta välittyy äidin ylpeys ja arvostus paitsi omaan ja lapsensa ulkonäköön liittyen, myös ehkä ihmisen erityisyyteen ja persoonallisuuteen kokonaisvaltaisemminkin. Kirjoituksen perusteella vaikuttaa siltä, että tämä myönteinen suhtautuminen on jossain määrin määrittänyt lapsuuden ja nuoruuden kokemusta ulkonäköasioiden ympärillä.

Ulkonäköasioille myönteisen ja kriittisen suhtautumistavan lisäksi tutkimusaineiston kirjoituksissa on myös sellaisia ulkonäkömuistojen kuvauksia, joita ei suoraan voi määrittellä joko kielteisiksi tai myönteisiksi. Kuten jotkin ulkonäköarvostelmatkin tai muut ulkonäköön puuttumisen tavat, myös ulkonäköön suhtautumista kuvataan kirjoituksissa toisinaan välinpitämättömäksi tai ulkonäön sanotaan olleen asiana täysin merkityksetön lapsuuden ja nuoruuden lähi-piirissä. Eräs kirjoittaja kertoo, ettei muista lapsuus- tai nuoruusajoiltaan ainoatakaan ulkonäkönsä liittyvää kommenttia, mistä hän päätelee, ettei kommentointi ole ainakaan ollut negatiivista – olisihan asiasta muuten jäänyt muistikuva. Tämä saattaa pitää paikkaansa myös monien muiden kirjoittajien kohdalla; kielteiset ja ristiriitaiset ulkonäkömuistot ovat jääneet herkemmin mieleen kuin myönteiset tai neutraalit. Toinen kirjoittaja taas kokee kirjoitushetkellä jääneensä vaille ”kauneuden kokemusta”, koska kotona ulkonäköä arvioitiin kotona ”harvinaisen vähän”. Hän kertoo nähneensä myöhemmin valokuvista, että on ollut nuorena kaunis, ja toivoo jälkikäteen, että olisi saanut myös kuulla sen.

4.2. Ulkonäkösuhde aikuisuudessa

Tässä luvussa tarkastelen sitä, millaisena tutkimusaineistoni kirjoittajat kokevat ulkonäkösuhteensa aikuisuudessa. Kirjoituksissa he peilaavat nykyistä eli aikuista ulkonäkösuhdettaan lapsuuden ja nuoruuden ulkonäköön liittyviin kokemuksiin. Tämän vuoksi pyrin vastaamaan toiseen tutkimuskysymykseen kiinteässä suhteessa ensimmäiseen tutkimuskysymykseen. Aineiston kirjoittajien kuvailut suhteesta omaan ulkonäköön aikuisuudessa olen jakanut seuraaviin ryhmiin: 1) vaikea suhde omaan ulkonäköön, 2) pyrkimys mukautua ulkonäköihanteisiin, 3) välinpitämättömyys ulkonäköasioihin, 4) hyväksyvä tai hyväksyntään pyrkivä suhde omaan ulkonäköön.

Kirjoittajia, jotka kokevat ulkonäkösuhteensa vaikeana, yhdistävät kielteisesti värittyneet lapsuuden ja nuoruuden ulkonäkökokemukset. He pitävät omaa ulkonäköään poikkeuksellisen rumaana ja heidän on vaikea uskoa heistä sanottuja kehuja. He näkevät ulkonäkönsä lapsuudessa ja nuoruudessa kuulemiensa ulkonäköarvostelmien mukaisena. Monien on vaikea muodostaa

tervettä, joustavaa suhdetta syömiseen tai liikkumiseen. Ihanteisiin mukautuvien ulkonäkösuhde ei näyttäyty yhtä vaikeana, mutta heidän kirjoituksissaan korostuu ulkonäkönormien mukaisen ulkonäön tavoittelu. Heidän ulkonäkösuhdettaan värittää jatkuva ulkonäön ylläpitäminen ja ”rumuuden välttäminen”. Kirjoittajat, joiden ulkonäkösuhdetta aikuisuudessa kuvaa parhaiten välinpitämättömyys, eivät ole kiinnostuneita omasta ulkonäöstään tai ulkonäköasioista ylipäättäen. Useimmilla heistä ei ole sellaisia ulkonäköön liittyviä lapsuus- tai nuoruusmuistoja, jotka olisivat jättäneet jälkensä ja vaikuttaisivat heihin edelleen. Kirjoittajilla, jotka ovat onnistuneet jollain tavalla luomaan myönteisemmän suhteen omaan ulkonäköönsä tai jotka aktiivisesti pyrkivät siihen, on heilläkin useimmiten lapsuudessaan tai nuoruudessaan ikäviä ulkonäköön liittyviä muistoja. Heidän ulkonäköasioita koskevat käsityksensä ovat kuitenkin avartuneet ja heistä on tullut tiedostavia sekä suhteessa omiin kokemuksiinsa että ulkonäköön puuttumisen ja suhtautumisen tapoihin yleisellä tasolla.

Osa kirjoittajista on kirjoitushetkellä vielä nuoria aikuisia eli lapsuuden ja nuoruuden ulkonäkömuistot ovat kokemuksellisesti vielä varsin lähellä. Osa kirjoittajista sen sijaan on jo eläkeiässä, minkä vuoksi kirjoituksista näkyy elinikäinen matka ulkonäkösuhteen kanssa.

4.2.1. Vaikea suhde omaan ulkonäköön

V30: "Ja tässä on nyt tunnustus, jota kukaan ei tiedä eikä lähimmätkään ystäväni arvaisi ikinä: Katson peilistä itseäni usein. Usein, jatkuvasti. Haen kauniin ilmeen, otan valoisaa ilmeen ja hymyilen, kas näin näytän sievältä, mukavalta, iloiselta, nätiltä. Näen peilikuvassa kauniin ihmisen. MUTTA aina kun kadulla vastaantulija katsoo minua hieman pidempään, kiinnittää huomiota, kasvojeni sisäpuolella on rumista rumimmat, irvokkaat, epäsuhtaiset, rumat kasvot."

Vaikean ulkonäkösuhteen aikuisena omaavilla kirjoittajilla on vaikeuksia nähdä itsensä kauniina tai edes tavallisen näköisinä. He eivät pidä ulkonäöstään, ja osa heistä pitää ulkonäköään jopa poikkeuksellisen rumana tai huomiota herättävän epämiellyttävänä. Vaikean ulkonäkösuhteen omaavien kirjoittajien kirjoitukset sisältävät kuvauksia siitä, miten he eivät ole pystyneet päästämään irti lapsuuden tai nuoruuden kielteisistä ulkonäkökokemuksistaan ja että ne vaikuttavat heidän elämäänsä edelleen. Useat heistä myös kuvaavat itsetuntoaan huonoksi. Edellisen esimerkin kirjoittaja taustoittaa vaikeaa ulkonäkösuhdettaan kertomalla nuoruuden kokemuksestaan, jolloin hän onnistuneen ja riemun täyteen ylioppilasjuhlapäivän iltana sai kuulla äidiltään: "Muistakin sitten, että jos joku joskus sanoo sulle, että sä olet kaunis, niin muistat, että

kaunis on ihan muunnäköinen kuin sinä olet, sinä olet ihan tavallinen etkä mikään semmonen kaunis. Ihmiset vaan sanoo!" Hän kertoi tunteneensa itsensä aiemmin samana päivänä säteilevän kauniiksi, ”äärettömän onnelliseksi tytöksi”, ja ajatelleensa olevansa ”ihanin, ihanin kaikista”. Ylioppilasjuhlissa hän oli kuullut juhluvieraidenkin ihastelevan hänen kauneuttaan. Äidin sanat muuttivat kirjoittajan kuvauksen mukaan kuitenkin kaiken; vielä aikuisenakin hän ajattelee onnistuneensa huijaamaan ihmisiä, mikäli saa kehuja ulkonäöstään.

V8: En pidä pinnallista kauneutta tärkeänä ja tiedän olevani vahva, erityislaatuinen ja älykäs persoona, yksilö. Silti minulla on vaikeuksia muodostaa minääni suhteessa toisiin, sillä koen olevani myös ulkonäöllisesti liian erikoinen, omituinen, muhkurainen, löysä ja huono toisiin verrattaessa. Yksin kotona hyvä, muiden rinnalla näkymätön, etova. Minun on välillä vaikeaa lähestyä ihmisiä, koska ajattelen heidän kummaksuvan ja kammoksuvan ulkonäköäni.

Molemmissa edellisissä esimerkeissä kirjoittavat kuvaavat, miten omaan ulkonäköön kohdistuva kielteisyys tulee esiin nimenomaan suhteessa muihin ihmisiin. He myös tiedostavat olevansa monilta muilta osin ihmisiä, joissa on paljon hyvää, mutta hyväksyvä asenne ei ulotu ulkonäköön. Esimerkeissä tulee myös selkeästi esiin ulkonäön ja ulkonäkösuhteen samanaikainen yksityisyys ja julkisuus. Kokemus omasta ulkonäöstä ei pysy jatkuvasti samana, vaan vaihtelee yksinolon ja sosiaalisten tilanteiden mukaan. Etenkin sosiaaliset tilanteet ja muiden ihmisten katse muuttavat käsityksen omasta ulkonäöstä kielteiseksi, kuin katkaisimesta painamalla. Kummastakin esimerkistä välittyy ajatus, että kirjoittajat kokevat epämiellyttävän ulkonäön olevan ”se todellinen” ulkoinen olomuotonsa ja että oman ulkonäön näkeminen myönteisessä valossa on vain hetkittäistä.

Siitä huolimatta, että kirjoittajat kertovat kuulleen ulkonäöstään kohteliaisuuksia aikuisena tai tulevana usein esimerkiksi nykyisen puolisonsa kehumaksi, on heidän usein vaikea uskoa kehuja todeksi. Kirjoittaja V8 kertoo lapsuudessa ja nuoruudessa kokeneensa ulkonäkönsä kehumista, mutta toisaalta myös lihavaksi ja Jope Ruonansuiksi haukkumista, sekä mummonsä huomautuksia, ettei häntä tarvitsisi kutsua syömään, sillä hän voisi hyvin jättää yhden ruuan välistäkin. Hän muistaa tulleen kehuksi ”näyttäväksi”, ”komeaksi naiseksi” ja ”eri tavalla kauniiksi”, mutta kertoo, ettei pitänyt kyseisistä kehuista. Nuoruudessa kirjoittaja sairastui syömishäiriöön. Niin sairastumisen kuin aikuisuuden vaikean ulkonäkösuhteen taustalla vaikuttavat sekä sisäistetyn kielteisen ulkonäköarvostelmat että uskomus siitä, että ei voi koskaan tulla

hyväksytyksi, koska ei täytä kauneuden ideaaleja. Ainakin kirjoittajan on vaikea hyväksyä itse itseään, kuten kuvauksesta käy ilmi:

V8: "Äitini ja isosisareni on sanonut minua kauniiksi ja hoikaksi kerta toisensa jälkeen, joskus isäni on sanonut minun olevan kuin missi, mutta en voi nuorena aikuisenakaan uskoa heitä. Miesystäväni, jonka koen tällä hetkellä välittömäksi perheekseni, kehuu ja ihailee minua, mutta jokin minussa huutaa pääni sisällä hänenkin vielä haluavan jonkun oikeasti kauniin ja seksikkään. -- Ainoa asia, mitä olen koskaan halunnut olla, on yleisesti hyväksytyn kaunis, lumoava, henkeäsalpaava; sellainen nainen, josta on ihanaa nähdä päiväunia. Ehkä olen kumppaneilleni ollutkin, mutta jostain syystä en osaa vakuuttaa itseäni siitä täysin."

Yhteiskunnassa naiseuden representaatioon ja ideaaliin kuuluu kansikuvajulkisuuden estetiikka myötäilevä kauneus, jossa nainen on ensisijaisesti miehisen halun ja katseen kohde (Husso & Heiskala 2016. 92–121). Myös kirjoittaja V8 on tuskallisen tietoinen naiseuden ideaalista ja oman kokemuksensa mukaisesta mahdottomuudesta täyttää tuota ideaalia.

Samoin kuin useissa aiemmissakin aiheesta tehdyissä tutkimuksissa, myös tämän tutkielman tutkimusaineistossa näkyy se, miten lapsuuden ja nuoruuden kielteiset ulkonäkökokemukset voivat johtaa syömishäiriöihin tai muutoin ristiriitaiseen suhteeseen syömiseen ja liikkumiseen. Eräs kirjoittaja kertoo "ison tytön identiteetin" seuranneen häntä aikuisuuteen saakka, vaikka hän ei olekaan ollut lihava enää lapsuutensa jälkeen; kirjoittajan on vaikea sisäistää sitä, että hänen kehonsa on muuttunut, sillä lapsena kuullut kommentit tuntuvat muuttuneen pysyviksi osiksi omaa minuutta. Toinen kirjoittaja kertoo, että häntä on aikuisena harmittanut kovasti se, että lapsuus- ja nuoruusajan ulkonäkökokemukset ovat jättäneet jälkensä, ja miten vaikeaa hänen on saavuttaa syömisen ja kuntoilun suhteen "jonkinlaista normaaliutta ilman pakonomaisuutta puoleen tai toiseen." Kirjoittaja V8 reflektoi aikuista ulkonäkösuhdettaan lapsuuden ja nuoruuden kokemustensa valossa:

V8: "Vasta viime aikoina olen alkanut nähdä ulkonäköni realistisemmassa valossa, eikä sen ajattelemisen tuota minulle jatkuvasti niin syvää tuskaa. Suhtautumiseni ulkonäkööni tulee tuskin koskaan olemaan kivuton. En tunne kuuluvani ulkonäöllisesti samaan maailmaan muiden ihmisten kanssa, enkä usko koskaan olevani ihmisten silmissä todella fyysisesti kaunis. Onnekseni vahva henkinen minuuteni ja reflektiötaitoni ovat palvelleet minua hyvin. Ehkä voin kuulua johonkin

myös ulkoisesti. En haluaisi uskoa olevani ruma ja groteskin näköinen, kuin jokin puoli minussa itselleni väittää."

Useat aikuisena vaikean ulkonäkösuhteen omaavista kirjoittajista, joiden kirjoituksista olen nostanut tähän lukuun esimerkkejä, jakavat kokemuksen joistain muista ulkonäöstään riippumattomista minuuden piirteistä, joita pitävät arvossa. Edellisen esimerkin kohdalla se on ”vahva henkinen minuus ja reflektiotaidot”, toinen taas kertoo pitävänsä itseään ”vahvana, erityislaatuksena ja älykkäänä persoonana”. Myös luvun ensimmäisen esimerkin kirjoittaja, joka kertoi tuntevansa kasvojensa sisäpuolella toiset, rumista rumimmat kasvot, kirjoittaa pitävänsä itseään tästä huolimatta sosiaalisena ja avoimena ihmisenä. Kuvaukset saavat pohtimaan ulkonäön paikkaa ja merkitystä oman minuuden kokemisen kokonaisuudessa.

4.2.2. Pyrkimys mukautua ulkonäköihanteisiin

V30: Olen jo 55-vuotias ja pelkään aikaa, jolloin oikeasti olen vanha ja ruma. En mene minnekään meikkaamatta. Hoidan ihoani väsymättä. Kun olen meikannut juuri oikeilla väreillä, silmäni tuikkivat kirkkaina ja hampaani ovat valkoiset ja kauniit. Hiukseni kiiltävät. Minussa on paljon kaunista.

Mutta. Joskus, joskus rumuus ahdistaa minua niin, että pelottaa. "Voi kumpi oisin edes hetken ajan kaunis!!".

Osa aikuisuuden ulkonäkösuhteen kuvauksista värittää pyrkimys mukautua vallitseviin ulkonäköihanteisiin ja tavoitella kauneutta. Kauneuden tavoittelua voidaan kutsua turkulaisten taloussosiologien käsittein ulkonäkötyöksi, jolla tarkoitetaan ulkonäöstä huolehtimista erilaisin ylläpitävin toimin. Ulkonäkötyöhön kuuluvat muun muassa kehon ulkonäön ylläpito liikunnalla, meikkaaminen, kampaajalla käyminen ja muu yleinen huolittelu sekä oikeanlaisten vaatteiden valinta. Ulkonäkötyöllä tavoitellaan pääasiassa ulkoista hyväksyntää normatiiviset ulkonäkökriteerit täyttämällä (Kukkonen & al. 2019. 7–8, 83–84).

Sijoitin edellisen esimerkin kirjoittajan V30:n myös edellisen alaluvun ryhmään, eli niihin, joiden suhde omaan ulkonäköönsä on ollut aikuisiällä vaikea. Kirjoittaja V30:n kohdalla vaikea ulkonäkösuhde näkyy myös siten, että hänellä on voimakas pyrkimys mukautua ulkoisiin ulkonäköihanteisiin ja -normeihin. Mielestäni ei ole yllättävää, että asiat ovat yhteydessä toisiinsa; kun ulkoinen kritiikki on vaikuttanut voimakkaan kielteisesti oman ulkonäön kokemiseen, saattaa ihminen kokea yhtä vahvasti mahdollisuuteen ulkoisen validaation tuomasta hyväksynnän kokemuksesta.

Monet kirjoittajat, joiden ulkonäkösuhdetta voidaan luonnehtia ihanteisiin mukautuvaksi, kertovat usein asenteen ja päätöksen ulkonäön ylläpitämiseen saaneen alkunsa jo nuorena. Eräs kirjoittaja kertoo, miten oli lukioikäisenä tavannut luokkakaverinsa vanhemman siskon, jonka ulkonäköä oli yläasteikäisenä ihailnut, ja kauhistunut painonnousun myötä tapahtuneesta muutoksesta tämän ulkonäössä. Jo tuolloin hän kertoo tehneensä vakaan päätöksen siitä, että ”vyötäröni pysyy kapeana” ja että hänellä on sama tavoite tänäkin päivänä, yli viisikymppisenä. Hän myös kirjoittaa kokevansa päätöksen jopa vahvistuneen ennestään. Samankaltainen kokemus on myös seuraavan esimerkin kirjoittajalla:

V6: "Myönnän, että ulkonäön säilyttämisasiat ovat voimistuneet vielä vuosikymmenien ajan ja vaikuttaneet myös elämäntilannevalintoihin, varmistaen ulkonäköön liittyvien seikkojen säilyvyyden, ja pukeutumisharrastus tuntuu vain vahvistuvan. Uskon, että ulkonäkötärkeyden pitäminen on itsesyntyistä ja positiiviset kokemukset myöhemmin ovat antaneet vahvistusta omalle näkemykselle ja se lapsuusajan epämiellyttävä omakuva on kuin peikkona muistuttamassa toisenlaisesta minästä."

Kirjoittaja kuvaa ulkonäkötyötä ja pyrkimystä mukautua ihanteisiin ”ulkonäkötärkeydeksi”. Tällä sanavalinnalla hän korostaa ulkonäön ylläpitämisen tärkeyttä elämässään, jonka hän kertoo vaikuttaneen myös elämäntilanteeseensa liittyviin valintoihin. Vaikka hän ei kuvauksessaan paikannakaan ulkonäkötyön aloittamista yksittäiseen ajankohtaan nuoruudessaan, mainitsee hänkin kuitenkin ”lapsuusajan epämiellyttävän omakuvan”, joka toimii hänelle muistutuksena ulkonäkötyön tärkeydestä. Kirjoituksessaan hän kuitenkin kertoo olleensa lapsena ”pullukka” ja kärsineensä siitä esimerkiksi siten, ettei koskaan saanut sellaisia vaatteita kuin olisi halunnut. Sitten, kun hän kertomansa mukaan laihtui, alkoi hän saada kehuja sekä tutuilta että tuntemattomilta. Mielestäni kirjoittajan kertomuksen voi tulkita niin, että hän sai laihtumisensa seurauksena jo lapsena kokemuksen ulkonäkötyön tärkeydestä, ja ulkoisen validaation kokemus on saanut ”ulkonäkötärkeyden” säilyttämään tärkeytensä.

Edellä mainittuja kirjoittajia yhdistää ikä, joka on tuonut mukanaan muutoksia ulkonäössä. Vaikka edellisen esimerkin kirjoittaja V6 uskookin halun ulkonäön ylläpitämiseen olevan sisäsyntyinen, on esimerkiksi paine nuorekkouden tavoitteluun vahvasti sosiaalisten normien ja globaalin markkinakoneiston ylläpitämä. Samoin hoikkuuden normatiivisuuden painottaminen alkaa jo lapsuuden lähisuhteissa, mille tämän tutkielman tutkimusaineistokin antaa

vahvistuksen. Koska iän myötä ulkonäkö väistämättä muuttuu, voi tarve ulkonäön ylläpitämiseen kuitenkin vahvistua entisestään vanhemmaksi tultaessa.

4.2.3. Välinpitämättömyys ulkonäköasioihin

V4: "Olen aina ollut hoikka ja kasvoiltani normaali, en ruma enkä kaunis, vaan suht koht OK. Näin olen koko aikuisikäni suhtautunut ulkonäkööni: suht koht tavallinen ja OK. Ulkonäöstä ei ole ollut haittaa eikä hyötyä. --- Aikuisiällä on päätynt ajatteluun, että tämä nyt vain on näin ja mitäs väliä sillä on. Kaikilla on sekä hyviä että huonoja puolia."

Välinpitämättömästi tai neutraalisti omaan ulkonäköönsä aikuisuudessa suhtautuvat kirjoittajat kuuluvat tutkimusaineistossa selvään vähemmistöön. Tähän on varmasti osittain syynä aineiston luonne kysymyksen asetteluneen: ihmiset, joille ulkonäkö ei ole tärkeä eikä herätä tunteita tai muistoja puoleen tai toiseen, eivät yhtä todennäköisesti ole kiinnostuneita osallistumaan kyseisiä teemoja luotaavaan kirjoituskilpailuun. Kuitenkin välinpitämättömästi ulkonäköönsä aikuisena suhtautuvia kirjoittajia löytyy aineistosta muutamia.

Kirjoittajia yhdistää kokemus siitä, että ulkonäön ajatteluun ei haluta käyttää aikaa eikä ulkonäköasioita nähdä kovin tärkeiksi monien tärkeämmiksi koettujen asioiden rinnalla. Ulkonäkötyöhön ei haluta käyttää aikaa tai sitä halutaan käyttää korkeintaan hyvin rajallisesti. Useimpien lapsuuden ja nuoruuden ulkonäkömuistot ovat nekin neutraaleja; useimmat eivät muista minäänlaista ulkonäköönsä puuttumista lapsuudestaan tai nuoruudestaan. Joillakin on kielteisenä tai myönteisenä koettuja kokemuksia, mutta ne eivät ole jääneet syystä tai toisesta mieleen tai ne on koettu merkityksettömiksi. Eräs kirjoittaja kirjoittaa, että "viattomatkin kommentit pistivät tuolloin (teini-iässä) ilkeästi; nyt kymmenen vuotta myöhemmin asialla ei ole enää mitään merkitystä". Hänen kohdallaan teini-iän kipeät tunteet ovat laantuneet ja asia on menettänyt merkityksensä, vaikka nuoremmalla iällä kommentointi tuntuikin pahalta.

V4: Hyvä kampaaja onnistuu kuitenkin leikkauksella ja värjäyksellä saamaan ihan mukavan lopputuloksen ja topattuja rintaliivejä on runsain mitoin kaupan. Pidän mielelläni rentoja mutta tyylikkäitä, parhaita puoliani esiin tuovia vaatteita, pintamuodista en ole kiinnostunut. Valitsen huolella silmälasit, jotka sopivat kasvoihini. Ehkä yleissuhtautumiseni voisi kuvata siten, että näen mielelläni vaivaa siitä, että vaatetukseni ja ulkonäköni olisivat siistejä ja miellyttäviä mutta

laitan asiaan vain rajallisen määrän energiaa, elämässä on tärkeämpiäkin asioita.

Edellisten esimerkkien kirjoittajan V4:n kuvaukset sopivat hyvin huolittelijaluokkaan Ulkonäköyhteiskunta-teoksessa (lähde). Suhtautumista kuvaa pyrkimys siisteyteen ja ”ihan mukavaan lopputulokseen” eikä ulkonäkötyöhön haluta käyttää liikaa aikaa tai energiaa. Vaikka asennoitumisessa on yhteisiä piirteitä ihanteisiin mukautuvien kanssa, erottaa ihanteisiin mukautuvat välinpitämättömistä ensinnäkin voimakas halu täyttää ihanteet ja toisekseen pelko ulkonäön muuttumisesta. Lisäksi välinpitämättömästi ulkonäköasioihin suhtautuvilla on tuskin lainkaan ulkonäköön liittyviä kielteisiä kokemuksia lapsuudestaan tai nuoruudestaan, eivätkä he myöskään koe asiaan liittyneen sukupuoleen liittyviä merkityksiä tai normeja. Tämä selittää mielestäni hyvin myös heidän välinpitämättömyyden ulkonäkösuhteitaan aikuisuudessa.

4.2.4. Hyväksyvä tai hyväksyntään pyrkivä suhde omaan ulkonäköön

V5: Olen tällä hetkellä ylipainoinen, mutta tykkään itsestäni siitä huolimatta. Ajatukseni on, että olen mieluummin ylipainoinen ja henkisesti terve kuin murehdin painoani tai ulkonäköäni koko ajan. -- Siispä terveelliset elämäntavat ovat iloinen asia, ei pakko eikä itseinhon aiheuttama reaktio. Keskustelen joskus ystävien kanssa ulkonäöstä, mutta vihaan itseinhopuhetta.

Aikuisuudessa vaikean ulkonäkösuhteen omaavien ohella suurin osa tutkimusaineiston vastaajista sopii ryhmään, joiden ulkonäkösuhdetta luonnehtii parhaiten oman ulkonäkönsä hyväksyminen tai siihen pyrkiminen. Tähän ryhmään kuuluvilla on useimmilla kipeitä ulkonäkömuistojensa lapsuudestaan ja nuoruudestaan, mutta he ovat joko oppineet tulemaan toimeen ulkonäkönsä kanssa tai yrittävät aktiivisesti muuttaa suhdetta ulkonäkönsä myönteisemmäksi. Kuten edellisen esimerkin kirjoittajakin, monet mainitsevat lihavuudesta, joka on seurannut heitä aikuisuuteen, mutta jota he eivät enää näe esteenä itsestään tai ulkonäöstään pitämiselle, toisin kuin joskus aiemmin. Heidän suhtautumisessaan näkyy kyllästyminen niin itseinhon, itseinhopuheeseen, laihdutusprojekteihin kuin myös jatkuviin yrityksiin mukautua ulkomaailman määrittelemään ulkonäkönormistoon. Kirjoittaja V5 muistaa lapsuudestaan etenkin äitinsä arvostelevan katseen ja sanat: ”on sinullakin aika paksut nuo reidet”. Hän oli myös kertonut jollekin kirjoittajan sukulaiselle, että tämä, kirjoittaja, ei ole liikunnallisesti lahjakas ja onneksi nykyään voi harrastaa muutakin. Kirjoittaja V5 kuvauksen mukaan hän oli oikeasti lapsena keskipainoinen ja sopusuhtainen. Häntä harmittaa, miten kokemukset ovat jättäneet jälkensä,

mutta siitä huolimatta, tai ehkä juuri sen vuoksi, hän haluaa rakentaa ulkonäkösuhdettaan suuntaan, johon ei liity syömistä tai liikkumista koskevaa pakonomaisuutta.

Kirjoittajien välillä on paljon vaihtelua sen suhteen, miten pitkällä he niin sanotusti ovat pyrkimyksissään hyväksyä oma ulkonäkönsä: toiset kokevat saavuttaneensa hyväksynnän, toiset joiltain osin tai jonkinlaisena, toiset tuntevat hyväksyntää hetkittäin ja joillakin matka hyväksyntään on vasta alussa, mutta pyrkimys sitä kohti on olemassa. Niilläkin kirjoittajilla, joilla oman ulkonäön hyväksyminen on vasta alussa, käsitys esimerkiksi lapsuudessa ja nuoruudessa tapahtuneen ulkonäköön puuttumisen vaikutuksista on tiedostava ja heillä on laajempaa ymmärrystä kauneusihanteista ja ulkonäkönormeista.

V17: "Huomaan aikuisiällä vältteleväni pukeutumista kuin äitini ja opettelevani pitämään itsestäni. Myös tietoinen ajatus siitä, että en laihduta, tulee vastareaktiostani äitini jokakeväiseen projektiin. -- "En edelleenkään pidä itseäni kauniina tai edes siedettävän näköisenä, sillä en voi olla ajattelematta lapsuudessa koettuja kommentteja. Onneksi aviomieheni on ymmärtäväinen ja pyrkii vahvistamaan positiivista mielikuvaa ulkonäöstäni. En peruskouluikäisenä voinut kuvitellakaan, että eteeni kävelisi niin hieno ihminen, joka saa minut omista silmissänikin näyttämään toisinaan kauniilta."

Esimerkin kirjoittajan V17 kuvauksesta välittyy halu alkaa suhtautua omaan ulkonäköön myönteisemmin, vaikka se ei vielä olekaan helppoa. Tiedostavalla tasolla kirjoittaja on pystynyt ottamaan etäisyyttä lapsuus- ja nuoruusajan ulkonäköön puuttumisen kokemuksiin, vaikka hän kuitenkin myös kertoo, että ei voi olla ajattelematta lapsuudessa koettuja kommentteja. Kuvauksesta käy ilmi vaikeudesta päästää irti nuorella iällä koetusta omaan ulkonäköön puuttumisesta ja sen seurauksena syntyneestä kielteisestä ulkonäkösuhteesta. Myös seuraavasta esimerkistä välittyy kirjoittajan halu saavuttaa hyväksyvämpi suhde omaan ulkonäköön, mutta samalla kirjoittaja tiedostaa ”kantavansa kokemuksia mukanaan” koko elämänsä ajan:

V24: "Työskentelen johtavassa asemassa asiantuntijatehtävissä; kokemukseni ovat jo hiukan hälvenneet ja alan tottua siihen, että olen tasa-arvoinen ihminen ihmisten joukossa: aika taitava, inhimillinen ja hauska, mutta joudun edelleen erikseen ostamaan ihmisarvoni suurimmassa osassa kohtaamisia. Alan hyväksyä osia itsestäni, hetkittäin, mutta epäilen, että kannan kokemuksia mukanaani uupumisherkkytenä ja taipumuksena alakuloon koko elämäni ajan."

Hyväksymisen ohella kirjoittaja käyttää sanaa ”tottuminen” kuvaamaan suhdettaan itseensä. Useista muistakin kirjoituksista voi mielestäni tehdä tulkinnan, että pelkästään tottuminen ja

hyväksyminen koetaan isoina edistysaskeleina, ehkä jopa askelmina, joita pidemmälle ei uskota voivan päästäkään. Edellisessä esimerkissä kirjoittaja myös kertoo, miten kokonaisvaltaisesti lapsuuden ja nuoruuden ulkonäköön liittyvät kokemukset ovat vaikuttaneet häneen. Kuvauksen perusteella on selvää, että kirjoitushetkellä, eli aikuisuudessa, vaikutukset eivät ulotu pelkästään ulkonäköön, vaan myös laajemmin omanarvontuntoon. Kuitenkin kirjoituksesta välittyy pyrkimys yhä kokoaikaisempaan ja kokonaisvaltaisempaan itsensä hyväksymiseen, jossa hän voisi itsekin uskoa omaan arvokkuuteensa.

Osa kirjoittajista kuvaa ulkonäkösuhdettaan aikuisuudessa hyvinkin myönteiseksi. Tällaisia kuvauksia tutkimusaineistosta löytyy kuitenkin melko vähän. Kuvauksissa kirjoittajat kertovat, että lapsuuden kokemuksistaan huolimatta, tai niistä johtuen, he ovat nykyisin sinut ulkonäkönsä kanssa. Eräs itseään ylipainoiseksi, runsaasti tatuoiduksi ja pitkähiuksiseksi kuvaileva kirjoittaja kuvailee hyvää ulkonäkösuhdettaan viihtymiseksi yhä paremmin omassa kehossaan. Hän myös kirjoittaa arvostavansa kauneutta ja näkevänsä sitä jatkuvasti ympärillään. Hän kuvailee: ”Olenkin alkanut kertoa positiivisista ajatuksistani myös tuntemattomille, mutta pyrin tekemään sen aina tahdikkaasti ja katsomaan, että tilanne on sopiva.” Kuvauksesta syntyy itselteni vaikutelma, että kirjoittajan viihtyminen omassa kehossaan saa hänet näkemään kauneutta myös muissa ihmisissä. Lisäksi tulkitseen kirjoittajan tavan kertoa ”positiivisista ajatuksistaan myös tuntemattomille” mahdolliseksi haluksi toimia toisella tavalla kuin hänen omassa lapsuuden ja nuoruuden lähipiirissään on toimittu. Kirjoittaja kertoo lapsuuden ja nuoruuden ulkonäkökäsitystensä kummunneen vahvasti hänen äitinsä kokemusmaailmasta, jossa laihuus oli arvossa, naisellisuus ei ollut tärkeää eikä myönteisiä asioita ulkonäöstä sanottu ääneen. Kirjoittaja sairasti nuoruudessaan anoreksiaa, johon liittyvien ajatuksen hän kertoo edelleen välillä vaiavaan häntä siitä huolimatta, että hän kokeekin kirjoitushetkellä viihtyvänsä kehossaan.

5 JOHTOPÄÄTÖKSET JA POHDINTA

5.1. Tutkimustulosten yhteenveto

Tämän tutkielman ensimmäisenä tavoitteena oli selvittää Oma ulkonäkö muistoissani 2015-tutkimusaineiston pohjalta millä tavoilla lapsuuden ja nuoruuden lähisuhteissa ulkonäköön puututaan ja millaisia ulkonäköasioihin suhtautumistapoja puuttumisen taustalla on. Toisena tavoitteena oli eritellä, millaisena tutkimusaineiston kirjoittajat kokevat ulkonäkösuhteensa aikuisuudessa, ja miten he kokevat lapsuuden ja nuoruuden kokemustensa vaikuttaneen ulkonäkösuhteeseensa. Kolmantena tavoitteena oli tarkastella, miten erilaiset sukupuoleen liittyvät normit, roolit ja merkitykset näkyvät tutkimusaineiston muistelukirjoituksissa sekä ulkonäköön puuttumisen ja suhtautumistapojen kuvailuissa että aikuisuuden ulkonäkösuhteen kuvailuissa. Tutkimusmenetelmänä käytin aineistolähtöistä sisällönanalyysia.

Ensimmäiseen tutkimuskysymykseen vastasin erittelemällä vastaajien lapsuuden ja nuoruuden lähisuhteissaan kokemia ulkonäköön puuttumisen ja suhtautumisen tapoja. Muodostin ulkonäköön puuttumisen ja suhtautumisen tavoista viisi ryhmää: 1) ulkonäköarvostelmat, 2) ulkonäön vertailu, 3) ulkonäön ohjailu ja kontrollointi, 4) ulkonäköasioille kriittinen suhtautumistapa sekä 5) ulkonäköasioille myönteinen suhtautumistapa.

Ulkonäköön puuttumisen ja suhtautumisen tapoja yhdistävät tutkimusaineiston kuvauksissa sanallinen viestintä. Niin ulkonäköarvostelmat, ulkonäön vertailu kuin ulkonäöllinen ohjailu ja kontrollikin, sekä ulkonäköön kohdistuvat asenteet, näkemykset ja ihanteet tulevat kirjoittajien ulkonäkömuistoissa useimmiten esiin suullisten kommenttien kautta. Lisäksi ulkonäön vertailun kuvauksiin sisältyy joidenkin kirjoittajien muistelussa myös erilaista kohtelua, ja ulkonäön ohjailu ja kontrollointi saattavat ilmetä konkreettisenä vaikuttamisena syömiseen ja liikkumiseen. Useimmiten kuvauksissa esiintyvät kirjoittajien vanhemmat, joista useimmiten mainitaan äiti, ja vanhempien jälkeen toiseksi useimmiten vanhemmat sisarukset. Ulkonäköarvostelmat ovat kuvauksissa sekä kielteisesti, myönteisesti että neutraalisti tai ristiriitaisesti sanottuja ja koettuja. Kielteisesti sanotut ja koetut arvostelmat ovat kirjoituksissa paljon yleisempiä kuin myönteisesti koetut. Kielteisesti sanotut ja koetut arvostelmat myös esiintyvät muisteluissa moninaisempina kuin myönteiset, joihin viitataan useimmiten kehuina.

Sisällöltään arvostelmat kohdistuvat useimmiten joko johonkin tiettyyn ulkonäön piirteeseen, painoon tai ruumiin kokoon tai ulkonäköön kokonaisuutena. Tulkintani mukaan arvostelmat heijastavat sisällöltään sekä kulttuuri-, aika- ja paikkasidonnaisia ulkonäkönormeja,

kauneusihanteita että kyseisen henkilön laajempaa ulkonäköasioihin suhtautumistapaa. Ulkonäköasioihin suhtautumistavat rakentuvat nekin toisaalta sosiaalisessa ja kulttuurisessa ympäristössä, joten niiden subjektiivisuuden arvioiminen on haastavaa. Niin kielteiset kuin myönteisetkin ulkonäköarvostelmat sisältävät aineiston kuvauksissa ideaaliin naiskauneuteen ja miehen katseeseen kytkeytyviä merkityksiä. Ideaalista ulkonäöstä kehutaan, ideaaliin sopimattomuutta sen sijaan paheksutaan ja siitä huomautellaan, ja kuvausten yllä häälyy ajatus miehisen katseen validoivuudesta: miehen katseen kautta pohjimmiltaan määrittyy, mikä on kauniina pidettyä ja mikä ei. Miehen katse näkyy kuvauksissa toisinaan konkreettisesti isän tai isoveljen katseena, mutta sen vaikutus välittyy myös äitien ja isosiskojen sanoissa, esimerkiksi opastuksessa oikeanlaiseen ulkonäkötyöhön sekä kehonmuotojen naisellisuuden arvioinneissa.

Etenkin ruumiin paino ja koko ovat sekä kielteisen että myönteisen kommentoinnin, kuin myös ohjailun ja kontrolloinnin kohteena. Ruumiin painon ja koon kommentointi ja kontrollointi heijastelevat yhteiskunnallista hoikkuusihannetta, jossa laihtuminen nähdään aina myönteisenä ja lihominen kaikin keinoin vältettävänä asiana. Ruumiin painon tai koon kommentointi on lähes yksinomaan koettu aineistossa kirjoittajien osalta kielteiseksi, ja siihen liittyvät kommentit ovat useimmiten niitä, jotka vaikuttavat myös aikuisuuden ulkonäkösuhteeseen.

Muottiin sopimattomuuden kokemus on useille kirjoittajille tapa, jolla he kuvailevat ulkonäköön puuttumisen vaikutuksia. Kokemuksissa ovat läsnä tunteet vääränlaisesta sukupuolen representoinnista, erilaisuudesta ja hämmennyksestä. Kuvaukset puhuvat selvää kieltä siitä, miten aikaisin nuoriin tyttöihin iskostuvat ajatukset siitä, millainen oman kehon ja ulkonäön kuului olla, ja miten lapsi vertailun kautta oppii havaitsemaan oman poikkeavuutensa ihanteesta.

Ulkonäköasioihin suhtautumisen tavat näkyvät aineistossa kriittisinä ja myönteisinä. Kriittiseen suhtautumiseen kuuluu kielteisyys suhteessa ehostautumiseen ja ulkonäön muokkaamiseen, liialliseksi katsottuun ulkonäkötyöhön ja ulkonäöllä erottautumiseen. ”Rumat ne vaatteilla koreilee” ja ”omakehu haisee” ovat lausahduksia, jotka heijastavat arvopohjaa, jossa ulkonäköasiat ovat turhia ja pinnallisia älyllisten hyveiden rinnalla. Kriittinen suhtautuminen näkyy usein kirjoittajien vanhempien suhteessa omaan ulkonäköönsä, joka on sekin kriittinen. Myönteisessä suhtautumisessa sen sijaan ulkonäkö on asia muiden joukossa, ja se saa siinä määrin kehuja kuin muutkin piirteet. Ulkonäköasioihin ei liity kielteisiä stereotypioita tai mielikuvia, ja ulkonäköön liittyvä kommentointi viestii hyväksynnästä, arvostuksesta ja kannustuksesta. Sekä myönteinen että kriittinen ulkonäköasioihin suhtautumistapa vaikuttavat selvästi lapsuuden ja nuoruuden lähisuhteissa koettujen ulkonäköön puuttumisen tapojen taustalla.

Toiseen tutkimuskysymykseen vastasin tarkastelemalla vastaajien kuvauksia ulkonäkösuhteestaan aikuisuudessa. Kuvausten pohjalta hahmottui neljä ryhmää: 1) vaikea suhde omaan ulkonäköön, 2) pyrkimys mukautua ulkonäköihanteisiin, 3) välinpitämättömyys ulkonäköasioihin sekä 4) hyväksyvä tai hyväksyntään pyrkivä suhde omaan ulkonäköön.

Kirjoittajilla, joiden ulkonäkösuhde aikuisuudessa on vaikea, on usein myös lapsuudessaan ja nuoruudessaan kielteisesti värittyneitä ulkonäkökokemuksia. He ovat vakuuttuneita ulkonäkönsä epämiellyttävyydestä eivätkä usko ulkonäöstään saamiaan kehuja, vaan pitävät ulkonäköään lapsuudessa ja nuoruudessa kuultujen ulkonäköarvostelmien mukaisena. Monien on vaikea muodostaa tervettä, joustavaa suhdetta syömiseen tai liikkumiseen. Kirjoittajilla, joita yhdistää pyrkimys ulkonäköihanteisiin mukautumiseen, on heilläkin usein kielteisiä ulkonäkömuistoja lapsuudestaan ja nuoruudestaan. Heille ulkonäön ylläpitäminen ja ”rumuuden välttäminen” on todella tärkeää ja he näkevät ulkonäkötyön eteen paljon vaivaa. Välinpitämättömästi ulkonäköasioihin suhtautuvat eivät ole ulkonäköasioista tai omasta ulkonäöstään kiinnostuneita, eikä heistä useimmilla ole sellaisia ulkonäköön liittyviä lapsuus- tai nuoruusmuistoja, jotka olisivat jättäneet jälkensä ja vaikuttaisivat heihin edelleen. Oman ulkonäkönsä hyväksyneet tai siihen pyrkivät ovat hekin usein kokeneet lapsuudessaan tai nuoruudessaan ikäväksi kokemaansa ulkonäköön liittyvää puuttumista. Heidän ulkonäköasioita koskevat käsityksensä ovat kuitenkin avartuneet ja heistä on tullut tiedostavia sekä suhteessa omiin kokemuksiinsa että ulkonäköön puuttumisen ja suhtautumisen tapoihin yleisellä tasolla.

Kolmanteen tutkimuskysymykseen vastasin etsimällä sukupuoleen liittyvien normien, roolien ja merkitysten näkymistä ensimmäisen ja toisen tutkimuskysymyksen pohjalta muodostamistani ryhmissä. Sukupuoleen liittyvät normit, roolit ja merkitykset näkyivät ulkonäköön puuttumisen ja suhtautumisen tapojen sekä aikuisuuden ulkonäkösuhteen kuvauksissa 1) muottiin sopimattomuuden, 2) miehen katseen, 3) kauneuden ideaalien ja 4) naiseksi kasvamisen teemojen kautta. Kolmanteen tutkimuskysymykseen vastaaminen oli aineiston pohjalta kaikkein haastavinta, sillä kirjoittajat harvoin sanallistivat sukupuoleen liittyviä teemoja suoraan. Väitän, että sukupuoliroolit, -normit ja -merkitykset näkyvät kuitenkin pohjimmiltaan aina siellä, missä länsimaisessa yhteiskunnassa puhutaan ulkonäön normatiivisuudesta ja kauneusihanteista, niin myös Oma ulkonäkö muistoissani 2015-aineiston kirjoittajien muistelukirjoitusten tasolla.

Tärkeimpänä tämän tutkielman tutkimustuloksena pidän sitä, että lapsuuden ja nuoruuden aikainen lähisuhteissa tapahtuva ulkonäköön puuttuminen näkyy selvästi ulkonäkösuhteessa aikuisena. Kiinnostavinta tässä tuloksessa on mielestäni se, että niin sanottu syy-seuraussuhde ei

ole itsestään selvä, niin kuin ihmistieteissä harvemmin muutenkaan on. Lapsuuden ja nuoruuden kokemukset eivät siis näy aikuisuuden ulkonäkösuhteessa jokaisen henkilön kohdalla samalla tavalla, vaan seuraukset voivat olla lähes täysin toisistaan poikkeaviakin. Aineiston kuvauksissa kielteiseksi koetut lapsuuden ja nuoruuden ulkonäkömuistot näkyvät kirjoittajien aikuisuuden ulkonäkösuhteessa useimmiten kahdella tavalla: joko ulkonäkösuhde on korostuneen vaikea ja kielteinen tai se on hyväksyvä tai hyväksyntään pyrkivä, ja usein myönteisesti väritynyt. Lisäksi osa kielteisistä lapsuuden tai nuoruuden ulkonäkömuistoista kärsivistä koki ulkonäkötyön ja normatiivisten ulkonäköihanteiden täyttämisen korostuneen tärkeänä.

5.2. Tutkimuksen arviointi

Klaus Mäkelän mukaan laadullisen aineiston riittävydelle on hankala asettaa samankaltaisia määreitä kuin määrällisen aineiston. Useimmiten aineiston riittävydestä puhuttaessa mainitaan aineiston kylläntyminen eli periaate, että aineisto on riittävän laaja, kun siinä esiintyvät uudet tapaukset eivät enää tuo esiin uusia piirteitä. (Mäkelä 1990, 52) Myös Tuomen ja Sarajärven mukaan on parempi lähteä liikkeelle pienen aineiston analysoinnilla ja päättää tutkimuksen edessä tarpeesta lisääaineistolle. Pienenkin aineiston tarkastelussa on mahdollista saavuttaa saturaatiopiste eli tilanne, jossa aineisto ei tuota enää tutkimusongelman kannalta uutta tietoa, ja teoreettinen peruskuvio voidaan katsoa löydetyksi. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 99–101)

Pidän tässä tutkielmassa tutkimusaineistona käyttämäni Oma ulkonäkö muistoissani 2015-kirjoituskilpailuaineistoa varsin suppeana. Tästä huolimatta pidän aineiston kokoa sikäli riittävänä, että tutkimusongelman kannalta oleelliset seikat toistuivat aineistossa kautta linjan. Lisäksi aineistosta saa selkeän kuvan vastaajien kokemusten välisistä yhteneväisyyksistä ja eroavaisuuksista. En pidä todennäköisenä, että suurempi määrä kirjoituksia olisi tuonut merkittävää määrää uusia näkökulmia tämän tutkielman tutkimusongelmaan, ellei kokonaiskontekstia ja teoreettista taustaa laajennettaisi nykyisestä. Maisterintutkielman puitteissa aineiston koko on mielestäni riittävä, koska näkökulmakin on tiukasti rajattu. Epäilemättä laajempia, ajantasaisempia ja monipuolisempia aineistoja tämän tutkielman käyttötarkoitukseen olisi olemassa. Päätin kuitenkin jo tutkielman teon varhaisessa vaiheessa pitäytyä valitsemassani aineistossa, sillä pidin sitä muotoilemani tutkimusongelman tarkastelun kannalta tarkoituksenmukaisena ja tiiviinä. Myöskään Eskolan ja Suorannan mukaan opinnäytteissä ratkaisevaa ei ole niinkään aineiston koko, kuin tulkintojen kestävyys ja syvyys (Tuomi & Sarajärvi 2018, 98). Tulkintojen kestävyys ja syvyys on vaatimaton tavoite, johon katson myös itse pyrkineeni tämän tutkielman

osalta. Vaikka tiedostankin, ettei valitsemani aineisto olekaan paras mahdollinen, ei se tarkoita, ettenkö opinnäytetyön laajuudessa tutkielmassa pystyisi käyttämään sitä relevanttien tulkintojen tekemiseen kiinnostukseni kohteena olevasta ilmiöstä.

Pidän valitsemaani analyysimenetelmää, aineistolähtöistä sisällönanalyysia, onnistuneena valintana tämän tutkielman analyysin toteuttamiseen. Samalla tiedostan, että myös esimerkiksi teorialähtöisempi lähestymistapa sisällönanalyysiin olisi voinut tuottaa kiinnostavia tuloksia. Tällöin koen, että teoriaa olisi voinut viedä yhteiskunnallista näkökulmaa enemmän esimerkiksi sosiaalipsykologiseen suuntaan. Samankaltaista aineistoa voisi olla kiinnostavaa tutkia myös esimerkiksi diskurssianalyysin tai narratiivisen analyysin keinoin. Itsekin harkitsin kyseisiä vaihtoehtoja, mutta totesin kooltaan suppean ja kirjoitustyyleitään polveilevan tutkimusaineiston liian haastavaksi kyseisten analyysimenetelmien käytölle. Käyttämäni aineistolähtöisyyden puolesta puhuu toisaalta se, että aineistolähtöisellä lähestymistavalla koen tutkijan ominaisuudessa päässeeni lähimmäs kirjoittajien kokemuksia.

Teoriatausta olisi tämän tutkielman tutkimuskysymysten puitteissa olla laajempikin ja olisin voinut käyttää enemmän lähteitä. Toisaalta olen sitä mieltä, että hyödynsin käyttämiäni lähteitä pääasiassa monipuolisesti. Koen kuitenkin, että analyysia olisivat rikastaneet etenkin sosiaalipsykologiset, identiteettiin liittyvät tai mahdollisesti valtateoreettiset näkökulmat. Punnitsin useita erilaisia teoreettisia mahdollisuuksia jo tutkielman teon alkuvaiheessa, mutta tulin nopeasti siihen tulokseen, että teoriapohjan laajentaminen nykyisestään alkaisi jo lähennellä väitöskirjatutkielman laajuutta. Olen tietoinen tutkielmani teoreettisista heikkouksista, kuin myös siitä, että teoriaohjaavalla tai teoriasidonnaisella lähestymistavalla olisin voinut saada teorian ja aineistosta tehtyjen havaintojen välille hedelmällistä vuoropuhelua. Toisaalta aineistolähtöisyys lähestymistapana sopi käyttämäni tutkimusaineiston erityispiirteisiin.

5.3. Ehdotuksia jatkotutkimukselle

Koti, ja lähipiiri sosiaalisena ympäristönä, ovat merkittävässä roolissa ulkonäkönormien ja -roolien uusintajana. Niin ikään lapsuus ja nuoruus ovat erityinen ajallinen ajanjakso ulkonäköä koskevien normien ja roolien omaksumisen näkökulmasta. Susan Bordo kirjoittaa *Unbearable Weight* (1993) teoksen 10-vuotispainoksen esipuheessa ulkonäköihanteiden siirtymisestä lapsille yhteiskunnallisten instituutioiden välityksellä sekä ajallisesta kontekstista, jossa instituutiot aina toimivat. Perheiden lisäksi hän mainitsee etniset traditiot sekä massamedian merkittävänä ulkonäköihanteiden generoijina ja levittäjinä. Bordo painottaa, että kaikki instituutiot

paikantuvat kulttuuriseen aikaan ja paikkaan, eikä ympäröivältä kulttuurilta suojaavia kuplia tai koskemattomuutta ole olemassa. Median hän kuvailee enenevässä määrin vahvistavan rooliaan tahona, joka on osallinen nykypäivän lasten koulutuksessa (*public education*), myös ulkonäkönormiston osalta. (Bordo, 2003) Tämän tutkielman tutkimusaineistossa media ja sosiaalinen media eivät näkyneet lainkaan, mutta epäilemättä tulevaisuuden ulkonäkö tutkimuksessa niiden roolia ulkonäkönormien tuottajina, välittäjinä ja uusintajina ei ole mahdollista ohittaa. Sosiaalisen median eri alustat ja käyttötavat tarjoavat todella rikkaat mahdollisuudet sekä laadullisen että määrällisen ulkonäkökysymysten tutkimiseen. Vaikka muun median ulkonäkökuvastoa onkin yhteiskuntatieteissä, kuten sosiologiassa ja sukupuolen tutkimuksessa, tutkittukin runsaasti, ovat median kuvastot ja käyttötavat jatkuvassa muutoksessa. Mielestäni olisi kiinnostavaa tutkia esimerkiksi sitä, miten kaupallinen mainoskuvasto ja sosiaalisen median ei-kaupalliset kuvastot suhteutuvat toisiinsa esimerkiksi kauneusihanteiden ja ulkonäköpaineiden tuottajina.

Tämän tutkielman tutkimusaineiston kontekstissa ei ollut mahdollista vertailla perhettä ja lähi-suhteita laajemman sosiaalisen piirin (kuten opettajien ja ikätovereiden) ja median roolia ulkonäköihanteiden välittäjinä, kuten ei myöskään muiden sosiaalisten muuttujien osallisuutta ulkonäkösuhteen kehittymisen prosessissa. Tunnistan kuitenkin laajemmin erilaisten sosiaalisten tekijöiden merkittävyyden ulkonäkösuhteen kehitykselle, ja pidän tärkeänä, että tulevaisuudessa ulkonäkösuhdetta tutkittaessa kartoitettaisiin monipuolisesti erilaisten sosiaalisten muuttujien, kuten yhteiskuntaluokan, sukupolven, etnisyyden ja kansallisuuden vaikutusta yksilön ulkonäkökäsityksiin ja -kokemuksiin. Koska myös miesten ulkonäköpaineet lisääntyvät, olisi mielestäni tärkeää tutkia miesten ja poikien vastaavia kokemuksia. Tämän lisäksi sukupuolen näkökulmaa voisi laajentaa entisestään ja pitäisin merkittävästi ymmärrystä syventävänä tarkastella myös esimerkiksi transsukupuolisten tai muunsukupuolisten ulkonäköön liittyviä kokemuksia ja tulkintoja.

Teoksessa *Unbearable Weight* Bordo korostaa äiti-tytärsuhteen merkitystä ulkonäkösuhteen kehitysprosessissa. Yhteiskuntakriitikko Susie Orbachia mukaillen hän kuitenkin painottaa, ettei äitejä tulisi yksin syyllistää lapsille siirtämistään ulkonäkövaikutteista, sillä hekin ovat oman kulttuurinsa kasvatteja; syvästi ahdistuneita ja keskittyneitä omaan ruokahaluunsa ja ulkonäköönsä, ja lisäksi tietoisia siitä, että myös heidän tyttärensä mahdollisuudet yhteiskunnassa ovat sidoksissa fyysiseen ulkomuotoon. (Bordo, 1993. 47) Vaikka tämän tutkielman päähuomio ei ollutkaan yksin äiti-tytärsuhteen tarkastelussa, mainittiin äiti kaikkein useimmin tutkimusaineiston kirjoittajien ulkonäkömuistoissa ulkonäköön puuttujana sekä ohittamattomana

henkilönä kodin ulkonäköasioita koskevan asenneilmapiirin taustalla. Äiti-tytärsuhteen ulkonäköön kytkeytyviä teemoja voitaisiin tutkia enemmän niin psykologian, sosiaalipsykologian kuin kasvatustieteenkin piirissä.

Vaikka tämän tutkielman tutkimusaineistolle tekemäni aineistolähtöisen sisällönanalyysin tulokset antavatkin viitteitä siitä, että ulkonäön myönteinen kommentointi näkyy usein parempana ulkonäkösuhteena aikuisuudessa, kun taas kielteinen kommentointi voi useammin johtaa vaikeaan ulkonäkösuhteeseen, olisi näiden asioiden yhteyksiä tutkittava lisää, jotta asiasta voitaisiin tehdä vedenpitäviä tieteellisiä johtopäätöksiä. Olisiko perheissä ja muissa lähisuhteissa parempi jättää ulkonäkö omaan arvoonsa ja oltava sanomatta siitä yhtään mitään, vai olisiko yksilön subjektiviteetin kannalta tärkeää saada kuulla hyviä asioita luonteenpiirteiden ja osaamisen lisäksi myös ulkonäöstään? Itse arvelen, ettei ulkonäön merkitys yksilön elämässä, tai yhteiskunnallisesti laajemminkaan, vähenisi tai katoaisi sillä, että olisimme kuin sitä ei olisi-kaan. Oma ulkonäkö muistoissani 2015-aineiston valossa ajattelen (ehkä radikaalisti?), että ihmisellä on *oikeus* saada kuulla kauniita ja hyviä asioita myös ulkonäöstään. Mieli ja ruumis eivät ole erillisiä, ja keho on ulkoisine piirteineen osa yksilön subjektiviteettia; mielestäni on vanhanaikaista ajatella, että yksilön psyykkiset tai henkiset kyvyt olisivat jotenkin jalompia tai enemmän kehujen ja juhlimisen arvoisia kuin fyysinen keho ja ruumiillisuus. Tiedostan, että emme ainakaan vielä elä yhteiskunnassa, jossa tämänkaltainen ajattelu olisi yleistä.

Sen sijaan elämme yhteiskunnassa, jossa ulkonäköön ja eriarvoistumiseen liittyvät kysymykset kytkeytyvät huolestuttavalla tavalla yhteen. Ulkonäkönormit painostavat ja vaikeuttavat erilaisiin sosiaalisiin ja kulttuurisiin ryhmiin kuuluvien ihmisten elämää epätasaisesti. Kuten kaikkea muutakin eriarvoistumiskehitystä, myös ulkonäkökysymyksiin kytkeytyvää eriarvoisuutta tulisi pitää ehdottoman tärkeänä tulevaisuuden tutkimuksen kohteena. Olen samoilla linjoilla turkulaisten taloussosiologien kanssa, että yhdessä yhteiskunnan julkisten tahojen, kuten julkisen terveydenhuollon ja koulujen kanssa olisi tärkeää etsiä ratkaisuja sille, miten mahdollisimman nuoresta lähtien lapset saisivat kasvaa ja tutkailla identiteettiään siten, että ulkonäkö olisi mahdollisimman vähän yksilön elämää hankaloittava tekijä (Kukkonen at al. 2019, 198).

En ole myöskään täysin eri mieltä turkulaisten taloussosiologien väitteestä, jonka mukaan kaikki ulkonäön kommentointi vahvistaa jollain tavalla kauneushanteiden normatiivisuutta (Kukkonen & al. 2019, 168). Mielestäni ei ole kuitenkaan saman tekevää, millä tavalla ulkonäköä kommentoidaan: millaisilla sanoilla, äänenpainoilla ja tarkoituksella, ja millaisesta ulkonäköasioihin kohdistuvasta asenneilmapiiristä kommentit kumpuavat. Tietynlaiset kommentit

ovat enemmän omiaan vahvistamaan ja uusintamaan kapeita kauneusihanteita kuin toiset. Lisäksi arvelen, että mikäli ulkonäkö on ainoa asia, josta saa kehuja, voi sen tärkeys ylikorostua muiden asioiden rinnalla. Kaikkia näitä näkökulmia voisi tarkastella lisää myös tutkimuksellisesti. Pitäisin erityisen kiinnostavana erilaisten kielellisten kehumis- ja nimittelytapojen, niiden herättämien tunteiden ja ajatusten sekä tapojen historiallisen muutoksen tieteellistä tarkastelua.

6 LÄHTEET

- Barral, M. R. *The Body in Interpersonal relations – Merleau-Ponty.* (1984) Lanham; Md. University Press of America.
- Blood, S. K. (2005) *Body Work: The Social Construction of Women's Body Image.* London; Routledge.
- Boero, N. & Mason, K. *The Oxford Handbook of the Sociology of Body and Embodiment.* (2019) New York; Oxford University Press.
- Bordo, S. (2003) *Unbearable Weight: Feminism, Western culture, and the body.* Berkeley CA; University of California Press.
- Eskola, J., & Suoranta, J. (1998) *Johdatus laadulliseen tutkimukseen.* Tampere; Vastapaino.
- Fingeroos, O. & Haanpää, R. (2006). Muistitietotutkimuksen ydinkysymyksiä. Teoksessa Fingeroos, O., Haanpää R., Heimo, A. & Peltonen U.-M. (toim.), *Muistitietotutkimus: metodologisia kysymyksiä* (s. 25–48). Helsinki; Hakapaino Oy.
- Sharpe, H., Naumann, U., Treasure, J. & Schmidt, U. (2013): Is fat talking a causal risk factor for body dissatisfaction? A systematic review and meta-analysis. *The International Journal of Eating Disorders*, 46(7), 643-652.
- Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. (2007). *Tutki ja kirjoita.* Helsinki; Tammi.
- Husso, M. & Heiskala, R. (2016) *Sukupuolikysymys.* Helsinki; Gaudeamus.
- Jokinen, E., Kaskisaari, M. & Husso, M. (2004) *Ruumis töihin: käsite ja käytäntö.* Tampere; Vastapaino
- Julkunen, R. (2003) *Kuusikymmentä ja työssä.* Jyväskylä; Paino Kopijyvä Oy.
- Kaartamo, U. & Tapanainen, J. 2019. *Laihduttamisen ei pitäisi olla niin normalisoitua.* Podcast-tallenne. Yle Areena. Julkaistu 20.11.2019. Viitattu 19.1.2023. <https://areena.yle.fi/podcastit/1-50328010>
- Kukkonen, I., Åberg, E., Pajunen, T. & Sarpila, O. (2019) *Ulkonäköyhteiskunta: ulkoinen olemus pääomana 2000-luvun Suomessa.* Helsinki; Into.

- Kyrölä, K. & Harjunen, H. (2007) *Koolla on väliä: lihavuus, ruumisnormit ja sukupuoli*. Helsinki; Like.
- Mallory K. Schaefer, Elizabeth H. Blodgett Salafia. 2014. The connection of teasing by parents, siblings, and peers with girls' body dissatisfaction and boys' drive for muscularity: The role of social comparison as a mediator. *Eating Behaviors*, 15(4), 599–608.
- Mäkelä, K. & Apo, S. (1990) *Kvalitatiivisen aineiston analyysi ja tulkinta*. Helsinki; Gaudeamus.
- Naskali, P. (1998) *Tyttö, äiti, kasvatusta: kohti feminiinistä kasvatustilastusta*. Rovaniemi; Lapin yliopisto.
- Solano-Pinto, N. (2021) Can Parental Body Dissatisfaction Predict That of Children? A Study on Body Dissatisfaction, Body Mass Index, and Desire to Diet in Children Aged 9-11 and Their Families. *Frontiers in psychology*, 12, 650-744
- Purhonen, S., Gronow, J., Heikkilä, R., Kahma, N., Rahkonen, K. & Toikka, A. (2014) *Suomalainen maku: kulttuuripääoma, kulutus ja elämäntyylien sosiaalinen eriytyminen*. Helsinki; Gaudeamus.
- Puusa, A., Juuti, P. & Aaltio, I. (2020) *Laadullisen tutkimuksen näkökulmat ja menetelmät*. Helsinki; Gaudeamus.
- Saresma, T., Rossi, L-M. & Juvonen, T. (2010) *Käsikirja sukupuoleen*. Tampere; Vastapaino
- Sarpila & al. 2017. Onko ulkonäön arvostus nousussa Suomessa? *Yhteiskuntapolitiikka*, 82(1), 86–93.
- Tuomi, J. & Sarajärvi, A. (2018). *Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi (Uud. laitos)*. Helsinki; Tammi.
- Tuomi, J. & Sarajärvi, A. (2002). *Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi*. Helsinki; Tammi.
- Williams, S. J. & Bendelow, G. (1998) *The Lived Body: Sociological themes, embodied issues*. London; Routledge.
- Wolf, N. (1991). *The beauty myth: how images of beauty are used against women*. New York; Morrow cop.
- Åberg et al. 2017. Huolittelua ja huomioon ottamista. Ulkonäköpääoman ilmentäminen Suomessa. *Kulttuurintutkimus*, 34 (2–3), 55–65.

7 LIITTEET

Liite 1(1) Kirjoituskilpailun vastausohjeet

FSD3140 OMA ULKONÄKÖ MUISTOISSANI 2015

FSD3140 BODY IMAGE AND CHILDHOOD MEMORIES 2015

Tämä dokumentti on osa yllä mainittua Yhteiskuntatieteelliseen tietoaarkistoon arkistoitua tutkimusaineistoa.

Dokumenttia hyödyntävien tulee viitata siihen asianmukaisesti lähdeviitteellä.

Lisätiedot: <http://www.fsd.uta.fi/>

This document forms a part of the above mentioned dataset, archived at the Finnish Social Science Data Archive.

If the document is used or referred to in any way, the source must be acknowledged by means of an appropriate bibliographic citation.

More information: <http://www.fsd.uta.fi/>

Detta dokument utgör en del av den ovannämnda datamängden, arkiverad på Finlands samhällsvetenskapliga dataarkiv.

Om dokument är utnyttjat eller refererat till måste källan anges i form av bibliografisk referens.

Mer information: <http://www.fsd.uta.fi/>

Liite 1(2)

Oma ulkonäkö muistoissani

Aineistokeruu 1.3.2015–31.10.2015

Miten lähisukulaisesi ovat vaikuttaneet käsityksiisi ulkonäöstäsi, kun olit lapsi ja nuori? Kerro muistosi!

Ulkonäkö ei ole merkityksetön asia varsinkaan lapsuuden ja nuoruuden kehityksessä. Ulkonäkö rakentaa ihmisen minuutta: tällainen olen, tuollaiseksi haluan tulla tai sellaiselta en halua näyttää. Samaan aikaan ulkoinen olemus toimii sanattomana viestinä toisille ihmisille. Jokainen tulkitsee ulkonäön lähettämiä sanomia omasta kokemus- ja arvomaailmastaan käsin. Näin vaikutelmat samasta ihmisestä voivat muodostua varsin erilaisiksi.

Mitä ulkonäöllä tarkoitetaan

Ulkonäkö kattaa ihmisen koko julkikuvan, vartalon koon ja muodon, kasvojen piirteet, ilmeet ja eleet, kehon asennon ja tavan liikkua, ryhdin, henkilökohtaisen hygienian.

Pukeutuminenkin on osa ulkonäköä. Se koostuu vaatekappaleista ja asusteista, päähineistä, koruista, silmälasista, laukuista ja kengistä. Lisäksi kampaus, meikki, tatuoinnit ja lävistyksiset ovat osa kokonaisuutta. Niin ikään ruumiin muokkaaminen dieetin, plastiikkakirurgian ja urheilun kautta vaikuttaa ulkonäön ilmenemiseen ja kokemiseen, samoin peruukit, proteesit ja implantit.

Kerro lapsuuden ulkonäköön liittyvistä kokemuksistasi

Etsimme kokemuksia siitä, millaisia vaikutuksia omat vanhempasi tai muut lähisukulaisesi ovat jättäneet muistikuviasi ulkonäöstäsi. Miltä sinä näytit lapsena ja nuorena itsesi, mutta erityisesti lähisukulaisesi silmin? Pidettiinkö sinua kauniina vai tunsitko olevasi jonkun mielestä jopa ruma? Saitko kannustusta vai huomautuksia? Miten asia ilmeni, ja miten se vaikutti sinuun silloin?

Muistikuvat voivat liittyä vaikkapa kuulemiisi sanoihin, sinuun kohdistuneisiin menettelyihin tai sinuun luotuihin katseisiin ja ilmeisiin. Muistin virkistämiseksi voit kirjoittaessasi silmäillä valokuviasi.

E erityisen kiinnostuneita olemme siitä, ovatko lapsuudessa ja nuoruudessa saamasi kommentit vaikuttaneet ulkonäkösi kokemiseen jälkeensä tai nykykäsitykseen ulkonäöstäsi. Ovatko kokemuksesi jollain muulla tavoin vaikuttaneet elämääsi ja miten? Kerro esimerkkejä.

Oletko jälkeensä keskustellut ulkonäkösi arvioineen ihmisen kanssa asiasta ja millä tavoin? Keskusteletko muiden, kuten ystäväsi tai puolisoasi kanssa ulkonäöstäsi? Millaisin silmin katsot itseäsi peilistä nykyään? Millaisena koet kehosi?

Keräämme ulkonäköön liittyviä muistoja tutkimukseen, jossa tarkastellaan ulkonäön koettuja vaikutuksia eri-ikäisten suomalaisten elämässä. Tavoitteena on tuoda esiin omaa ulkonäkösuhdetta vahvistaneita ja rajoittaneita tekijöitä, joihin läheinen ihminen on vaikuttanut kokijan lapsuudessa tai nuoruudessa. Tutkimuksessa osoitetaan ulkonäön merkityksellisyys ihmisen elämän eri vaiheissa.

Keruun järjestää SKS. Kirjoitukset tulevat ensiksi tutkija, FT Marjo Kamilan käyttöön ja sen jälkeen ne arkistoidaan SKS:n arkistoon. Kamila on väitellyt vuonna 2012 opettajien ulkonäön

Liite 1(3)

merkityksistä. Viimeksi hän on tutkinut alakouluikäisten lasten ulkonäön vaikutuksia heidän hyvinvointinsa kokemisessa.

Keruun tuloksista tiedotamme marraskuussa 2015. Vastaajien kesken arvomme kirjapalkintoja.

Lisätietoja:

SKS:n kansanrunousarkisto, p. 0201 131 240, keruu@finlit.fi

Tutkija Marjo Kamila, [REDACTED]

Liite 1(4)

Vastausohjeet

Kirjoita omalla kielelläsi ja tyylilläsi. Voit osallistua omalla nimellä tai nimimerkillä.

Kirjoita vastaukseesi suostumukseksi siihen, että lähettämäsi aineisto arkistoidaan tutkimuskäyttöön nimelläsi SKS:n arkistoon ja nimettömänä Yhteiskuntatieteelliseen tietoarkistoon tai ilmoita, jos haluat vastaukseesi arkistoitavan nimimerkillä. Tutustu [SKS:n arkistojen keruuhjeisiin](#).

Lähetä kirjoituksesi 31.10.2015 mennessä

- alla olevalla lomakkeella tai
- postitse osoitteeseen Suomalaisen Kirjallisuuden Seura, kansanrunousarkisto, PL 259, 00171 Helsinki, merkitse kuoreen tunnus "Ulkonäkö" tai
- sähköpostin liitetiedostona osoitteeseen keruu@finlit.fi, merkitse aihekenttään tunnus "Ulkonäkö".

Kirjoita vastauksesi alle tai liitä kirjoituksesi tekstitiedostona.

Jos kirjoituksesi ylittää 5 000 merkkiä, liitä teksti tiedostona.

Liitä tiedosto

Nimi

*

Ammatti

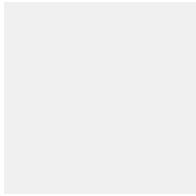
Syntymäaika

Päivä

Kuukausi

Vuosi

Liite 1(5)



Osoite *

Puhelin *

Sähköposti *

Sukupuoli

mies

nai-

nen

Lupa kirjoituksen arkistointiin *

Kirjoitukseni saa arkistoida tutkimuskäyttöön nimelläni SKS:n kansanrunousarkistoon.

Kirjoitukseni saa arkistoida tutkimuskäyttöön nimettömänä SKS:n kansanrunousarkistoon.

Kirjoitukseni saa arkistoida tutkimuskäyttöön nimettömänä [Yhteiskuntatieteelliseen tietoar-](#)
[kistoon](#).